ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ

Spark of the Divine

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ

Τίτλος πρωτοτύπου: *Spark of the Divine*

45 175 Naperville Rd., Naperville. IL 60563
and 2 Canal Road, Vijay Nagar, Delhi 110009, India

Υπεύθυνος για την Ελλάδα :
Dr. Γαβριήλ Σιμονέτος
Email : gaby.simonetos@gmail.com
Κολοκοτρώνη 28 - Φιλοθέη - Τ.Κ. 152 37
Tel.: 6932233989

Επιστήμη της Πνευματικότητας
Email Γραμματεία : sos.satsang@gmail.com
Χαλκηδόνος 3, 11527 Athens – Greece

Science of Spirituality : **https://www.sos.org/el/**

ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Άλλα βιβλία του Ρατζίντερ Σινγκ

Σε Αγγλική Γλώσσα:

Εσωτερική και Εξωτερική Ειρήνη μέσω του Διαλογισμού
Ενδυναμώνοντας την Ψυχή σας μέσω του Διαλογισμού
Διαλογισμός ως Θεραπεία για την Ψυχή
Το Μεταξένιο Νήμα της Θειότητας
Πνευματική Δίψα
Ηχώ της Θειότητας
Πνευματικά Μαργαριτάρια για Φωτισμένη Ζωή
Οικολογία της Ψυχής και Θετικός Μυστικισμός
Εκπαίδευση για έναν Ειρηνικό Κόσμο
Οράματα για Πνευματική Ενότητα και Ειρήνη

Στα Ινδικά:

Η Πνευματικότητα στη Σύγχρονη Εποχή
Αληθινή Ευτυχία
Αυτογνωσία
Αναζητώντας Ειρήνη στην Ψυχή μας
Σωτηρία μέσω του "Λόγου"
Πνευματικοί Θησαυροί
Το Βίωμα της Ψυχής
Πνευματικές Ομιλίες

Σχόλια για τα βιβλία του Sant Rajinder Singh

«Ο Σαντ Ρατζίντερ Σνγκ Τζι εξηγεί πώς η ειρήνη μπορεί να επικρατήσει μέσω του διαλογισμού και του στοχασμού. Δε θα υπάρξει διαρκής ειρήνη, αν ατομικά κάθε άνθρωπος δεν έχει κάποιο αίσθημα Εσωτερικής ειρήνης. Για να δημιουργηθεί η Εσωτερική ειρήνη, είναι αναγκαίο να ηρεμήσουμε το νου, για αυτό το λόγο ο διαλογισμός είναι σημαντικός. Εκτιμώ πάρα πολύ τη συμβολή του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ στο στόχο για την ειρήνη, προς τον οποίο όλοι εργαζόμαστε. Είθε οι αναγνώστες αυτού του βιβλίου να βρουν την ειρήνη μέσα τους μέσω του διαλογισμού και έτσι, να καλλιεργήσουν ένα μεγαλύτερο αίσθημα ειρήνης σε ολόκληρο τον κόσμο».

H.M. Dalai Lama

«Αυτό το εξαίρετο βιβλίο αντανακλά τη βαθιά σοφία και αντίληψη του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ που πηγάζουν από τη θεία Αγάπη και την Εσωτερική πληρότητα».

Deepak Chopra

«Ένα δυναμικό, βαθύ και με σαφήνεια γραμμένο βιβλίο για την πνευματικότητα στην πράξη, που μας βοηθάει να υπερβούμε τα μπλοκαρίσματα που δημιουργούμε εμείς οι ίδιοι και να συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε ένα με το Θεό και με τους άλλους και ακόμα ότι δεν υπάρχει χωρισμός και η ψυχή μας είναι μια ολοζώντανη συνειδητή οντότητα που θα υπάρχει για πάντα».

Gerald G. Jampolsky,
Συγγραφέας του «Η αγάπη διώχνει το φόβο»

«Βαθιά ριζωμένος στην παραδοσιακή σοφία, ο συγγραφέας αντιμετωπίζει τα σύγχρονα ερωτήματα και τις προκλήσεις με έναν τρόπο αντικειμενικό και χωρίς φανατισμούς. Κάνει το σπόρο της ειρήνης μέσα μας να καρποφορήσει στην καθημερινή ζωή και στο περιβάλλον μέσα στον οποίο ζούμε».

Αδελφός David-Steindl Ra

«Το καινούριο βιβλίο του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ είναι τροφή για την ψυχή. Είναι μία πηγή που εμπνέει, πληροφορεί και μιλά και στους αρχάριους και στους προχωρημένους αναζητητές. Όταν διάβασα αυτό το βιβλίο, αφιέρωσα και πάλι χρόνο για να συνεχίσω την πνευματική μου εργασία».

Steven Halpern,
Εκπαιδευτικός, καλλιτέχνης και μουσικός

«Ο διαλογισμός μάς δυναμώνει κυρίως σε δύο πνευματικούς τομείς. Πρώτον, μας οδηγεί στην Εσωτερική ειρήνη και πληρότητα και δεύτερον, μας επιτρέπει να χρησιμοποιήσουμε τα ταλέντα και τις ικανότητές μας, για να κάνουμε τον κόσμο έναν καλύτερο τόπο να ζούμε. Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ αναπτύσσει όμορφα αυτές τις ιδέες. Μας λέει ότι, ασκούμενοι στο διαλογισμό, όχι μόνον αποκτούμε προσωπική πληρότητα, αλλά και γινόμαστε και ένα όργανο για να φέρουμε ειρήνη και χαρά σε εκείνους που είναι γύρω μας».

Marry Nurrie Stearns,
Εκδότης του «Προσωπική Μεταμόρφωση»

«Σε αυτό το βιβλίο, ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ παραθέτει τη άποψή του, σύμφωνα με την οποία η αληθινή ειρήνη και ευτυχία μπορούν να προκύψουν μόνον από μέσα μας: η ικανότητα έγκειται στο να μάθουμε πώς να ερχόμαστε σε επαφή με τον Εσώτερο εαυτό μας».

Περιοδικό "Here's Health"

ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ Τζι Μαχαράτζ είναι ένας διεθνώς αναγνωρισμένος πνευματικός Διδάσκαλος διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Είναι πρόεδρος του Συνεδρίου για την Ενότητα του Ανθρώπου και επικεφαλής της Επιστήμης της Πνευματικότητας, ενός μη κερδοσκοπικού και μη θρησκευτικού οργανισμού, ο οποίος παρέχει έναν τόπο για τους ανθρώπους, όπου θέλουν να μάθουν να διαλογίζονται, να βιώσουν μια προσωπική μεταμόρφωση και να φέρουν την Εσωτερική και την εξωτερική ειρήνη και ανθρώπινη ενότητα.

Διδάσκει το δυνατό, ωστόσο απλό διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο σε εκατομμύρια ανθρώπους μέσα στον κόσμο, μέσω των σεμιναρίων, των retreat διαλογισμού, τις ραδιοφωνικές και τις τηλεοπτικές εκπομπές και τις αναμεταδόσεις μέσω ίντερνετ, τα περιοδικά και τα βιβλία.

Η μέθοδος που παρουσιάζει της επίτευξης της Εσωτερικής και εξωτερικής ειρήνης, μέσω του διαλογισμού, έχει αναγνωριστεί από πολιτικούς, θρησκευτικούς και πνευματικούς ηγέτες. Συγκάλεσε το 16ο Διεθνές Συνέδριο της Ενότητας του Ανθρώπου στο Δελχί, στην Ινδία, ήταν πρόεδρος του 7ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Θρησκειών, ήταν ο κύριος ομιλητής στη Βουλή των Παγκόσμιων Θρησειών, στο Σικάγο, το 1993 και της Παγκόσμιας Διάσκεψης για τη Θρησκεία και την Ειρήνη που έγινε στη Ρώμη και στο Ρίβα Ντελ Γκράντε, στην Ιταλία, το 1994. Επίσης, φιλοξενεί ετήσεια παγκόσμια συνέδρια για την Ολοκλήρωση του Ανθρώπου και τον Παγκόσμιο Μυστικισμό. Στην 50η επέτειο των Ηνωμένων Εθνών που εορτάστηκε στον Καθεδρικό ναό του Αγίου Ιωάννη του Θείου, ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ άνοιξε το πρόγραμμα βάζοντας χιλιάδες ανθρώπους σε διαλογισμό. Έχει λάβει αναρίθμητα βραβεία, επαίνους και τιμητικές διακρίσεις από πολιτικούς και θρησκευτικούς ηγέτες του κόσμου.

Έχει γράψει πολλά βιβλία best-sellers, όπως *«Εσωτερική και Εξωτερική Ειρήνη μέσω του Διαλογισμού»*, Ενδυναμώ-

νοντας την Ψυχή Σας μέσω του Διαλογισμού», «*Μεταξένιο Νήμα Θεότητας*», «*Πνευματικά Μαργαριτάρια για μια Φωτισμένη Ζωή*», «*Πνευματική Δίψα*», «*Οράματα για Πνευματική Ενότητα και Ειρήνη*», «*Οικολογία της Ψυχής*», «*Εκπαίδευση για έναν Ειρηνικό Κόσμο*». Επίσης, έχει γράψει πολλά βιβλία γραμμένα στα Χίντι, όπως «*Η Πνευματικότητα στη Σύγχρονη Εποχή*» και «*Αληθινή Ευτυχία*». Τα βιβλία του έχουν μεταφραστεί σε πενήντα γλώσσες. Επίσης, κυκλοφορούν πολλά CDs, DVDs και εκατοντάδες άρθρα δημοσιευμένα σε περιοδικά, εφημερίδες και ημερολόγια σε όλο τον κόσμο. Έχει εμφανιστεί στην τηλεόραση, στο ραδιόφωνο και στο Διαδίκτυο μέσω αναμεταδόσεων παγκοσμίως. Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ προσφέρει σεμινάρια διαλογισμού και δίνει δημόσιες ομιλίες στη Βόρεια Αμερική, τη Νότια Αμερική, την Ευρώπη, την Αφρική, την Ασία, την Αυστραλία και την Ωκεανία.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί του στο Κέντρο της Επιστήμης της Πνευματικότητας, στο Νέιπερβιλ του Ιλινόις, με διεύθυνση:

Science of Spirituality Center,
4 S. 175 Napperville Rd., Naperville, IL 60563.
Τηλέφωνο: (630) 955-1200, Fax: (630) 955-1205.
ή επικοινωνήστε μαζί του στο
Κιρπάλ Άσραμ, στο Δελχί της Ινδίας.
Διεύθυνση: Kirpal Ashram, Sant Kirpal Singh Marg, Vijay Nagar, Delhi, India 110009.
Τηλέφωνο: 91-11-2-7117100, Fax: 91-11-2-7214040
ή επισκεφτείτε την ιστοσελίδα **www.sos.org**.

ΑΦΙΕΡΩΣΗ

Αφιερωμένο στον Σαντ Κιρπάλ Σινγκ Τζι Μαχαράτζ και τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ Τζι Μαχαράτζ, οι οποίοι άναψαν τη Θεϊκή Σπίθα σε ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, ώστε να μπορούν να έχουν την εμπειρία της γεμάτης αγάπη και μακαριότητα φωτεινότητάς Της.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στους σεβαστούς πνευματικούς μου Διδασκάλους:
Σαντ Κιρπάλ Σινγκ Τζι Μαχαράτζ (1894-1974) και
Σαντ Ντάρσαν Σινγκ Τζι Μαχαράτζ (1921-1989) για
τη θεία Τους Χάρη με την οποία φώτισαν τον κόσμο,
αφυπνίζοντας τους αναζητητές στο Εσωτερικό Φως
και το Θείο Ήχο.
Θα ήθελα ακόμα να ευχαριστήσω και να εκφράσω την
εκτίμησή μου στην αγαπητή μου σύζυγο Ρίτα Τζι
για την αγάπη και τη συντροφικότητά της και ακόμα,
για την ανεκτίμητη στήριξη και ενθάρρυνση που μου έδωσε
όλα αυτά τα χρόνια, όπως και για την αφοσίωση και την
ανιδιοτελή προσφορά της στο Θείο Έργο των Διδασκάλων.
Θα ήθελα, επίσης, να ευχαριστήσω
τον Jay και τη Ricki Linksman
για τη βοήθειά τους στην έκδοση αυτού του βιβλίου.
Προσφέρω την αιώνια ευγνωμοσύνη μου στον Θεό,
από τον οποίο έρχονται όλες οι ευλογίες.

Rajinder Singh

Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΑΝΑΒΟΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ

- *ΑΝΑΖΗΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ 18*
- *ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΚΑΡΙΟΤΗΤΑΣ...23*
- *ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ 42*

ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ

- *ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ ΝΑ ΚΑΙΕΙ ΖΩΗΡΑ 53*
- *ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ 71*
- *ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑ 81*
- *ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΤΑΣΗ 91*

Η ΑΙΩΝΙΑ ΦΛΟΓΑ

- *ΔΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ 103*
- *ΚΥΡΙΑΡΧΟ ΠΑΘΟΣ...115*
- *ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΑΓΑΠΗ...134*
- *ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΔΟΤΗ.....................149*
- *ΑΦΟΣΙΩΣΗ ΣΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ...172*



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Κρυμμένη μέσα στον καθένα μας είναι μια Θεϊκή Σπίθα (η ψυχή μας). Τη Σπίθα αυτή ψάχνουμε να τη βρούμε στις μακρινές εκτάσεις των πιο απόμακρων κβάζαρς και μέσα στα μικρότατα κουάρκς του ατόμου. Μάταια, όμως, καθώς τα μυστήριά της βρίσκονται μέσα μας, περιμένοντας να αποκαλυφθούν.

Αυτό το βιβλίο, "Θεϊκή Σπίθα", περιγράφει το ταξίδι που γίνεται για να έχουμε την εμπειρία του Θείου. Αυτή η εμπειρία δεν είναι ένα δώρο φυλαγμένο για τους λίγους, είναι εφικτό να το έχει ο καθένας από εμάς. Πρέπει να κοιτάξουμε μέσα μας, για να "λιαστούμε" στην αιώνια λιακάδα. Μέσω του διαλογισμού, μπορούμε να δούμε το Φως και να ακούσουμε το Ηχητικό Ρεύμα μέσα μας. Η απορρόφηση μέσα σε αυτό το Ρεύμα μας οδηγεί να έχουμε την εμπειρία Θείων πνευματικών βασιλείων. Η τεχνική του διαλογισμού μπορεί να ασκηθεί από ανθρώπους όλων των πίστεων, όλων των χωρών και των πολιτισμών και δεν απαιτεί να καθίσουμε σε κάποια δύσκολη σωματική στάση. Καθόμαστε άνετα στη σιωπή της ψυχής μας και κοιτάζουμε Εσωτερικά, για να απολαύσουμε τις θαυμαστές φωτεινές θεάσεις μέσα μας. Σαν μια ακτίνα φωτός που οδηγεί πίσω στον ήλιο, το Εσωτερικό ταξίδι μας οδηγεί στην Πηγή του Ρεύματος του Φωτός και του Ήχου, πίσω στην "Κατοικία του Θεού". Μέσω του διαλογισμού, μπορούμε να συγχωνευτούμε με αυτή την Πηγή και να έχουμε την εμπειρία άπειρης συνειδητότητας, αιώνιας ειρήνης και ατέλειωτης ευτυχίας.

Αυτό το βιβλίο μας δίνει τη δυνατότητα με έναν εύκολο τρόπο, ένα προσχέδιο θα λέγαμε που μπορούμε να ακολουθήσουμε, για να επιτύχουμε την πνευματική μας αφύπνιση. Ακριβώς, όπως ανάβουμε μια φωτιά για να μας ζεστάνει εξωτερικά, έτσι χρειάζεται να ανάψουμε και την πνευματική φλόγα Εσωτερικά. Όταν αυτή η σπίθα έχει ανάψει, χρειάζεται να τη φροντίζουμε, για να συνεχίσει να λάμπει. Καθώς μας φωτίζει Εσωτερικά, ακτινοβολούμε (η ψυχή μας) διαρκώς το αιώνιό μας Φως προς όλους όσους συναντάμε, μέχρι που ολόκληρος ο κόσμος να πλημμυρίσει με το Θείο Φως και να λουστεί στην αιώνια Αγάπη, την ειρήνη και τη μακαριότητα.

Ρατζίντερ Σινγκ
Αύγουστος 2011

ΜΕΡΟΣ Ι

ΑΝΑΒΟΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ

ΑΝΑΖΗΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ

Μέσα στον καθένα μας υπάρχει μια Θεϊκή Σπίθα *(η ψυχή μας).* Περιοχές ομορφιάς που κόβουν την ανάσα, αφάνταστες θεάσεις εικόνων και μαγευτικοί ήχοι, άπειρη σοφία και αγάπη που αγκαλιάζει τα πάντα μας καλούν μέσα μας *(σε εσωστροφή και διαλογισμό).* Αυτή η Σπίθα είναι ένα Θείο Φως που λάμπει συνέχεια μέσα μας.

Οι επιστήμονες ξοδεύουν δισεκατομμύρια δολάρια, ψάχνοντας να βρουν την καταγωγή μας μέσω τηλεσκοπίων που σαρώνουν το Σύμπαν ή διαιρούν τα άτομα μέσα σε επιταχυντές σωματιδίων, για να βρουν το "Θεϊκό σωματίδιο". Άλλοι αναζητούν το Θείο μέσω εξωτερικών αναζητήσεων και ιεροτελεστιών που έχουν καθιερώσει οι διάφορες θρησκείες. Όμως, για τους περισσότερους ανθρώπους, το Θείο παραμένει ένα μυστήριο.

Σε σχέση με αυτή την αναζήτηση, υπάρχει μια παραστατική ιστορία για έναν αρχαίο πληθυσμό που ζούσε πριν από την έλευση της φωτιάς πάνω στη γη. Το μόνο φως που γνώριζαν οι άνθρωποι εκείνης της εποχής ήταν το φως του ήλιου την ημέρα, των σπινθηροβόλων άστρων, του συνεχώς μεταβαλλόμενου σχήματος της σελήνης τη νύχτα και των αστραπών που τους φόβιζαν και τους γέμιζαν με δέος. Όταν ερχόταν η νύχτα, οι δραστηριότητές τους σταματούσαν, καθώς τα άγρια ζώα ήταν για αυτούς μια απειλή. Γενικά, η ζωή τους τις σκοτεινές ώρες ήταν δύσκολη.

Εκείνη την εποχή υπήρχε ένας μύθος, ο οποίος έλεγε ότι στο πανάρχαιο παρελθόν ένα μεγάλο Ον είχε "παγιδέψει τη δύναμη του ήλιου" και οι άνθρωποι έλεγαν ιστορίες για αυτό

το γεγονός στα παιδιά τους, αλλά κανένας από αυτούς δεν είχε δει ποτέ στη ζωή του τη μυστηριώδη φλόγα που αυτό το μεγάλο Ον δημιούργησε, αιχμαλωτίζοντας τις ακτίνες του ήλιου.

Οι άνθρωποι μιλούσαν για το πόσο θαυμάσια θα ήταν η ζωή, αν κάποιος μπορούσε να βρει αυτή τη "φλόγα" που θα φώτιζε στο μέλλον τη ζωή τους. Όμως, πίστευαν ότι οι πιθανότητές τους να βρουν τη "φλόγα" ήταν ελάχιστες και συχνά χλεύαζαν οποιονδήποτε ισχυριζόταν ότι θα μπορούσε να τη βρει. Όμως, για κάποιο λόγο, ο αρχηγός της φυλής προσέφερε μια μεγάλη αμοιβή σε οποιονδήποτε θα μπορούσε να βρει αυτή τη "μυθική φλόγα".

Μια μέρα, λοιπόν, ένας άνθρωπος σε κάποιο χωριό θρηνούσε για τη φτώχια του. Είχε προσπαθήσει να δημιουργήσει μία καλύτερη ζωή, αλλά δεν μπορούσε να εξασφαλίζει αρκετά αγαθά για τον εαυτό του και για την οικογένειά του. Μόλις που μπορούσε να τα βγάλει πέρα για τροφή και ρουχισμό, για να μην αναφέρουμε για τα επιπλέον πράγματα που είχαν οι πιο πλούσιοι άνθρωποι στο χωριό του.

Όταν αυτός ο άνθρωπος άκουσε τα νέα, ότι δηλαδή ο αρχηγός της φυλής θα προσέφερε αμοιβή σε εκείνον που θα εύρισκε τη μυστηριώδη "φλόγα", καθώς με αυτή θα μπορούσε να αλλάξει τη ζωή του λαού του, είπε στην οικογένεια και τους φίλους του: «Έχω προσπαθήσει και έχω κάνει τα πάντα, ώστε να εξασφαλίσω ένα καλό εισόδημα για να συντηρώ την οικογένειά μου, αλλά δεν τα κατάφερα. Τώρα θα πάω να ψάξω να βρω τη "φλόγα"». Αυτοί σκέφτηκαν ότι θα πρέπει να ήταν τρελός, καθώς κανένας ποτέ δεν είχε δει τη "φλόγα" και η ύπαρξή της θεωρείτο ότι ήταν μόνον ένας μύθος.

«Βρες έναν πιο ρεαλιστικό τρόπο, για να βγάλεις χρήματα», του είπε ένας φίλος του. «Πηγαίνεις σε μία απερίγραπτη περιπέτεια, όταν νομίζεις ότι θα βρεις τη "φλόγα"».

Όμως μια νύχτα, ο άνθρωπος είδε ένα όνειρο, στο οποίο κάποιο Ον του είπε να πάει σε κάποιο κοντινό βασίλειο όπου εκεί θα εύρισκε τη φλόγα. Ο άνθρωπος της ιστορίας αποφάσισε να ερευνήσει το όνειρό του και ξεκίνησε για να επισκεφθεί

το γειτονικό βασίλειο. Δεν είχε ταξιδέψει εκεί προηγουμένως και γι᾽ αυτό δε γνώριζε τους νόμους της περιοχής. Έτσι, όταν ένας φύλακας τον βρήκε να τριγυρνά άσκοπα στην πόλη, τον έβαλε στην τοπική φυλακή.

Αργότερα, ο υπεύθυνος της φυλακής τον ρώτησε: «Τι έκανες περιπλανώμενος εδώ τριγύρω όλη τη μέρα και όλη τη νύχτα;»

Ο άνθρωπος εξήγησε: «Ψάχνω για τη μυθική φλόγα. Είδα σε ένα όνειρο ότι θα τη βρω εδώ».

Ο φύλακας αναφώνησε: «Είσαι ένας ανόητος. Είχα πολλά όνειρα και εγώ για να ψάξω να βρω τη φλόγα. Αυτά, όμως, είναι μόνο όνειρα. Εγώ τα αγνοώ όλα αυτά και τα θεωρώ άχρηστα. Μια φορά μάλιστα είδα σε ένα όνειρο ότι μου είπαν να πάω πίσω από ένα φτωχικό, κατεστραμμένο σπίτι σε ένα γειτονικό χωριό. Το σπίτι ήταν κοντά σε ένα μικρό βουνό που είχε μία σπηλιά. Στο άνοιγμα της σπηλιάς ήταν ένας πλατύς βράχος που είχε χαραγμένες επάνω του δύο βέργες. Μου είπαν στο όνειρο ότι θα εύρισκα τη φλόγα εκεί, αλλά ποτέ δεν πήγα, επειδή τα όνειρα δεν είναι πραγματικά».

Καθώς μιλούσε ο φύλακας για το όνειρό του, ο αγρότης ταράχτηκε, καθώς το σπίτι που του περιέγραφε έμοιαζε να είναι ίδιο με το δικό του.

Τελικά, ο φύλακας τον ελευθέρωσε και του είπε: «Πήγαινε πίσω στο χωριό σου. Δε θα βρεις τη “φλόγα” εδώ ή οπουδήποτε αλλού. Αυτό είναι μόνον ένας μύθος».

Καθώς ο άνθρωπος επέστρεφε στο χωριό του, ένιωθε καταχαρούμενος με την πιθανότητα ότι η “φλόγα” που έψαχνε θα μπορούσε να βρίσκεται ακριβώς στη σπηλιά του βουνού, που ήταν πίσω από το σπίτι του.

Όταν ο άνθρωπος έφτασε στο σπίτι του, πήγε κατευθείαν από πίσω, στο βουνό με τη σπηλιά που του είχε περιγράψει ο φύλακας. Είδε τον βράχο, που τον έβλεπε εκεί ολόκληρη τη ζωή του. Είδε, επίσης, το σχέδιο των δύο βεργών πάνω στο βράχο, για το οποίο πάντοτε νόμιζε ότι το είχαν σκαλίσει παιδιά που έπαιζαν εκεί χρόνια πριν και ο ίδιος ποτέ του δε διερωτήθηκε

αν αυτό το σχέδιο σήμαινε κάτι.

Κανένας ποτέ προηγουμένως δεν είχε τολμήσει να μπει στην άγρια σπηλιά, καθώς οι άνθρωποι είχαν το φόβο ότι εκεί θα μπορούσε να είχαν τη φωλιά τους φίδια και άγρια ζώα. Όμως, ενθουσιασμένος από την πιθανότητα να βρει τη "φλόγα", ο άνθρωπος απέβαλε όλους τους φόβους του και τόλμησε να μπει μέσα από το άνοιγμα της σπηλιάς.

Κοντά στην είσοδο της σπηλιάς, με τη βοήθεια κάποιων ακτίνων από το φως της ημέρας που γλιστρούσαν μέσα, ο άνθρωπος είδε κάποιους κορμούς ξύλου να σχηματίζουν ένα σωρό. Κάτω από αυτόν το σωρό των ξύλων, είδε κάποια μαυρισμένα κομμάτια βράχου. Εκεί, ξαφνικά, ανάμεσα σε πέτρες, κάτι έπιασε με το βλέμμα του. Ήταν μια μικρή πορτοκαλιά κουκκίδα που έμοιαζε να λάμπει κάτω από τους βράχους και τις πέτρες. Απαλά έβαλε τα ξύλα στην άκρη και τότε με έκπληξή του είδε κάτι που ποτέ δεν είχε δει προηγουμένως στη ζωή του! Ένα πυρακτωμένο κάρβουνο που έφεγγε κάτω από τους μαυρισμένους βράχους και τις πέτρες. Η θέα του κάρβουνου τον εξέπληξε τόσο πολύ, που του έκοψε την ανάσα. Μετά έβγαλε έναν αναστεναγμό και αναφώνησε: «Ω Θεέ μου! Αυτό είναι;» Για να δει καλύτερα το φως κάτω από τη στάχτη, φύσηξε πάνω στο κάρβουνο και ξαφνικά η μικρή σπίθα αναζωπυρώθηκε σε μια μεγάλη φλόγα. Ήταν η "μυθική φλόγα". Σκέφθηκε πως είχε ταξιδέψει μακριά ψάχνοντας για αυτήν τη φλόγα, όμως αυτή ήταν πάντοτε ακριβώς πίσω από το σπίτι του.

Ο άνθρωπος της ιστορίας όχι μόνον είχε βρει τη φλόγα για να απαιτήσει την ανταμοιβή από τον αρχηγό και να πλουτίσει η οικογένειά του, αλλά είχε βρει και τη φωτιά που θα μεταμόρφωνε τη ζωή του και τη ζωή ολόκληρου του κόσμου, καθώς η φωτιά στο μέλλον θα υπηρετούσε ολόκληρο τον κόσμο. Οι άνθρωποι θα είχαν τώρα φωτιά για να φωτίζουν τις νύχτες τους, για να τους προστατεύει από τα άγρια ζώα, για να μαγειρεύουν την τροφή τους, να λιώνουν το σίδηρο για να φτιάχνουν εργαλεία και γενικά, η ζωή τους θα γινόταν πιο εύκολη. Αυτή η κρυμμένη φλόγα ήταν πάντοτε εκεί, αλλά ο άνθρωπος δε γνώ-

ριζε πού να κοιτάξει για να τη βρει.

Κατά τον ίδιο τρόπο, και εμείς έχουμε μια κρυμμένη φλόγα μέσα μας που μπορεί να μεταμορφώσει τη ζωή μας. Υπάρχει μια φλόγα που μπορεί να μας ενδυναμώσει με σοφία, αιώνια ευτυχία, Αγάπη που αγκαλιάζει τα πάντα, με απελευθέρωση από το φόβο και με αθανασία. Αυτή η φλόγα φωτίζει την καρδιά και το νου μας με απαντήσεις στα ερωτήματα που έχουν φέρει σε αμηχανία την ανθρωπότητα για αιώνες, όπως: «Γιατί είμαστε εδώ; Από πού ήρθαμε; Και πού πηγαίνουμε όταν πεθάνουμε;»

Όπως οι επιστήμονες, έτσι και εμείς ψάχνουμε για τις απαντήσεις στους έναστρους ουρανούς και στα κουόρτς των ατόμων. Ψάχνουμε για τις απαντήσεις στους τόπους λατρείας, μέσα στις Γραφές μας και σε τόπους προσκυνήματος. Όμως, δε χρειάζεται να ψάχνουμε στον εξωτερικό κόσμο, για να βρούμε αυτή τη σοφία, η “φλόγα της γνώσης” βρίσκεται μέσα στον καθένα μας.

Όταν αποκαλύψουμε εκείνο το “πυρακτωμένο κάρβουνο”, την ψυχή μας, θα δούμε τα θαύματα της Θεότητας και θα έχουμε την εμπειρία της ομορφιάς, της άπειρης Αγάπης, της ατέλειωτης χαράς και της ανείπωτης έκστασης.

Αυτό το βιβλίο είναι ένας οδηγός, για να ανακαλύψουμε τη Θεϊκή Σπίθα μέσα μας. Μέσα από αυτό, θα καταλάβουμε πώς η σπίθα μέσα μας μπορεί να αναζωπυρωθεί και να μεταμορφώσει τη ζωή μας και πώς ακόμα μπορεί να διατηρηθεί και να αναζωπυρωθεί, μέχρι να λάμψει με άπειρη λαμπρότητα. Ακριβώς όπως η φωτιά μεταμόρφωσε τον κόσμο, έτσι και το άναμμα της αιώνιας Σπίθας της Θειότητας μέσα μας μπορεί να μεταμορφώσει τη ζωή του καθενός μας.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Στοχαστείτε τη ζωή σας και τις στιγμές που διερωτηθήκατε για το Θείο. Πώς θα μεταμορφωνόταν η ζωή σας, αν μπορούσατε να βρείτε την Αιώνια Φλόγα μέσα σας;

ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΚΑΡΙΟΤΗΤΑΣ

Μέσα στην ιστορία, ο Πολικός Αστέρας έχει οδηγήσει πολλές φορές τα βήματα του προσκυνητή ταξιδιώτη. Με τον ίδιο τρόπο και η Θεϊκή Σπίθα μας οδηγεί στην Αυτογνωσία και τη Θεογνωσία.

Το ταξίδι αρχίζει κοιτάζοντας Εσωτερικά, για να βρούμε εκείνο το καθοδηγητικό Φως της Θεϊκής Φλόγας μέσα μας. Η άσκηση που μας οδηγεί σε εκείνη τη Φλόγα είναι ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο.

Οι άνθρωποι όλων των εποχών, όλων των θρησκειών, των πίστεων και των πολιτισμών μπορούν να ασκήσουν τον διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και το Θείο Ήχο. Η απλή του τεχνική μας αφυπνίζει στα ένδοξα βασίλεια της ομορφιάς και της μακαριότητας, πέρα από αυτό τον υλικό κόσμο.

Φωτισμένα όντα, τα οποία ήταν Άγιοι, Μύστες, πνευματικοί Διδάσκαλοι και ιδρυτές θρησκειών, είχαν την εμπειρία αυτού του Εσωτερικού ταξιδιού και δίδαξαν τους μαθητές τους πώς να ταξιδεύουν και εκείνοι εκεί. Για αιώνες, αυτή η μέθοδος περνούσε προφορικά από δάσκαλο σε μαθητή.

Οι Διδάσκαλοι του παρελθόντος είχαν σχετικά μικρό αριθμό μαθητών που μάθαιναν αυτή την τεχνική, συγκρινόμενοι με αυτούς της σύγχρονης εποχής, στην οποία οι πνευματικοί καταρράκτες έχουν ανοίξει. Μόνο τον περασμένο αιώνα, εκατομμύρια άνθρωποι διδάχτηκαν αυτήν τη μέθοδο για να ταξιδέψουν στο Υπερπέραν.

Πραγματικά, μέσω των θαυμάτων της τεχνολογικής πληροφόρησης, οι άνθρωποι που θέλουν να μάθουν αυτή την τεχνική, την ανακαλύπτουν μέσω των βιβλίων, του ραδιοφώνου, της τηλεόρασης, του διαδικτύου και ψηφιακών συσκευών όλων των ειδών. Αυτή η τεχνική είναι προσιτή σε όλους όσοι θέλουν να κάνουν αυτό το Εσωτερικό ταξίδι.

Για να ταξιδέψει κάποιος στο εξωτερικό διάστημα, επιβιβάζεται σε ένα διαστημόπλοιο. Η πύρινη ανάφλεξη των μηχανών προκαλεί ανύψωση, για να προωθήσει την άτρακτο πέρα από την έλξη της βαρύτητας, μέσα στα σιωπηλά θαύματα του εξωτερικού διαστήματος. Για να ταξιδέψουμε στα πνευματικά βασίλεια μέσα μας, η Θεϊκή Σπίθα γίνεται φλόγα που προωθεί την ψυχή μας στο Εσωτερικό της ταξίδι.

Ένας πνευματικός Διδάσκαλος μετατρέπει τη σπίθα την ώρα της Μύησης και την κάνει φωτιά. Αντί να κοιτάζουμε από το φινιστρίνι ενός διαστημόπλοιου, για να δούμε τα εξωτερικά άστρα και τα ουράνια σώματα, ένας πνευματικός Διδάσκαλος διδάσκει ένα είδος διαλογισμού που μας ανοίγει ένα Εσωτερικό φινιστρίνι. Με την ανάφλεξη της Σπίθας μας, η ψυχή μας αρχίζει το θαυμαστό ταξίδι της προς τη Θεότητα.

Το φινιστρίνι για το Εσωτερικό μας ταξίδι βρίσκεται σε ένα σημείο μεταξύ και πίσω από τα δύο φρύδια. Είναι γνωστό σε διάφορες γλώσσες ως "Έδρα της ψυχής", "Μοναδικός Οφθαλμός", "Τρίτος Όφθαλμός", "Ντίβια Σάκσου", "Δέκατη πύλη", "Ατζνατσάκρα" και "Όρος της Μεταμόρφωσης".

α) ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΤΑΞΙΔΙ ΣΕ ΒΑΣΙΛΕΙΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΚΑΡΙΟΤΗΤΑΣ

Καθώς κοιτάζουμε Εσωτερικά, μπορεί να δούμε μια σπίθα φωτός, αστραπές φωτός, τελείες φωτός, κύκλους φωτός ή φώτα οποιουδήποτε χρώματος. Μπορεί να δούμε έναν Εσωτερικό ουρανό, άστρα, τη σελήνη ή έναν ήλιο μέσα μας.

Καθώς κοιτάζουμε Εσωτερικά στο διαλογισμό, κάποτε συναντάμε τον πνευματικό Διδάσκαλο που μας μύησε, ο οποίος

ενεργεί ως Εσωτερικός μας οδηγός μέσα στα ανώτερα πνευματικά βασίλεια. Μπορεί να νομίζουμε ότι η Γη μας είναι μεγάλη και το ηλιακό μας σύστημα ακόμα μεγαλύτερο. Μπορεί να νομίζουμε ότι ολόκληρο το Σύμπαν με τα ηλιακά του συστήματα και τους γαλαξίες είναι ακατανόητα απέραντο. Όμως, αυτό το φυσικό βασίλειο είναι ελάχιστο συγκρινόμενο με την απεραντοσύνη των πνευματικών βασιλείων στο Υπερπέραν. Το να σκεφτούμε να ταξιδέψουμε εκεί μόνοι είναι τρομακτικό. Ένας πνευματικός οδηγός φροντίζει να μη χαθούμε στα χωρίς όρια βασίλεια του Υπερπέραν, αλλά να φτάσουμε στον τελικό μας προορισμό – τον Θεό που δημιούργησε όλα αυτά τα βασίλεια.

Το ταξίδι είναι γεμάτο από θαυμασμό, Αγάπη, μακαριότητα και χαρά. Τα φυσικά μας μάτια μπορεί να απολαμβάνουν βλέποντας την εξωτερική ομορφιά, αλλά όταν βλέπουμε με το Εσωτερικό μας μάτι, αυτό είναι κάτι περισσότερο από το να κοιτάζουμε τις θαυμαστές θέες γύρω μας. Είναι μια εμπειρία, κατά την οποία διαποτιζόμαστε με την Αγάπη και τη μακαριότητα που προέρχονται από τα φώτα και την ουράνια μουσική που βλέπουμε και ακούμε Εσωτερικά *(τη μουσική των Σφαιρών)*.

Για να έχουμε μια αμυδρή ιδέα με τι μοιάζει το Εσωτερικό ταξίδι, σκεφτείτε πώς νιώθουμε όταν αγαπάμε. Μπορεί να βλέπουμε τον αγαπημένο μας με τα φυσικά μας μάτια, αλλά έχουμε επίσης και την εμπειρία της αγάπης που μας διαπερνά. Παρόμοια, ενώ διασχίζουμε τα Εσωτερικά βασίλεια, είναι κάτι περισσότερο από μια απλή οπτική εμπειρία τού να βλέπουμε θέες ή μια ακουστική εμπειρία τού να ακούμε μελωδικούς ήχους. Είναι μια εμπειρία στην οποία μας αγκαλιάζει μια Αγάπη που τυλίγει την ψυχή μας και τη φέρνει σε έκσταση.

β) Η ΕΝΔΙΑΜΕΣΗ ΠΕΡΙΟΧΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΟΥ ΦΥΣΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΣΤΡΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ
(Αιθερικός κόσμος – Ο Άδης των αρχαίων Ελλήνων)

Με τον πνευματικό Διδάσκαλο ως οδηγό μας, διασχίζουμε μια ενδιάμεση περιοχή που βρίσκεται μεταξύ της Φυσικής και

της Αστρικής περιοχής. Περνάμε γρήγορα μέσα από αυτήν την ενδιάμεση περιοχή με τη βοήθεια του Διδασκάλου. Εκείνοι που είχαν επιθανάτιες εμπειρίες είχαν πρόσβαση σε αυτή την ενδιάμεση περιοχή. Όταν περιγράφουν την περιοχή φωτός, στην οποία πηγαίνουν όταν το φυσικό τους σώμα περνά σε κατάσταση κλινικού θανάτου, λόγω ενός ατυχήματος ή τραύματος, μιλούν για την ενδιάμεση περιοχή πάνω από το Φυσικό βασίλειο και κάτω από το Αστρικό βασίλειο.

Η παραθανάτια εμπειρία ανοίγει μόνο τα σύνορα των βασιλείων του Υπερπέραν, αλλά έχει παίξει αποφασιστικό ρόλο στο να δώσει αδιαμφισβήτητη απόδειξη ότι υπάρχει ζωή στο Υπερπέραν. Αν μόνον ένας ή δύο άνθρωποι είχαν αναφερθεί σε παραθανάτιες εμπειρίες, μπορούσε κανείς να αποδώσει αυτές τις αναφορές σε ένα αισιόδοξο πέταγμα της φαντασίας, αλλά όταν οι γιατροί και οι ιατρικές έρευνες παγκόσμια έχουν τεκμηριώσει τη μία περίπτωση μετά την άλλη, με παρόμοιες περιγραφές, μας κάνει να παύουμε να αμφισβητούμε τη γνησιότητά τους. Η τελευταία επιστημονική μελέτη για τις παραθανάτιες εμπειρίες έδειξε ότι περίπου δεκατρία εκατομμύρια άνθρωποι μέχρι τότε είχαν αναφέρει πως είχαν μια παραθανάτια εμπειρία. Οι αφηγήσεις τους είχαν παρόμοια χαρακτηριστικά. Άνθρωποι που ποτέ δεν είχαν ακούσει για μια τέτοια εμπειρία πριν την βιώσουν, ανέφεραν παρόμοια χαρακτηριστικά αυτής τους της εμπειρίας, όπως ακριβώς και άλλοι.

Οι παραθανάτιες εμπειρίες κέρδισαν τη δημοσιότητα στη δεκαετία του 1970, με δημοσιεύσεις και αφηγήσεις των ανθρώπων που είχαν θεωρηθεί κλινικά νεκροί, λόγω ενός ατυχήματος ή τραύματος. Όμως, όταν επανήλθαν στη ζωή, επέστρεψαν στο σώμα τους και είχαν το ίδιο μήνυμα να αναφέρουν – ότι δηλαδή υπάρχει ζωή μετά από αυτή τη ζωή.

Αν και έχουν εκδοθεί πολυάριθμα βιβλία για τις παραθανάτιες εμπειρίες ήδη από τη δεκαετία του 1970, οι άνθρωποι είχαν την εμπειρία αυτού του φαινόμενου καθ' όλη την πορεία της ιστορίας. Τυπικές παραθανάτιες εμπειρίες περιγράφηκαν από ανθρώπους, οι οποίοι αφού πέρασαν σε κατάσταση κλινικού

θανάτου, λόγω ενός ατυχήματος ή τραύματος, βρέθηκαν να αιωρούνται πάνω από το σώμα τους, βλέποντας και ακούγοντας τα πάντα που συνέβαιναν μέσα στο δωμάτιο όπου βρισκόταν το σώμα τους. Παρατηρούσαν τους γιατρούς που εργάζονταν πάνω στο σώμα τους. Μερικοί από τους νεκρούς πέρασαν μέσα από τοίχους και μπορούσαν να δουν και να ακούσουν τους συγγενείς τους που αγωνιούσαν και μιλούσαν στην αίθουσα αναμονής ή ακόμα και σε απομακρυσμένες περιοχές. Όταν οι νοσηλευόμενοι επανήλθαν αργότερα στη ζωή και συζήτησαν αυτές τους τις εμπειρίες, οι συγγενείς τους επιβεβαίωσαν αυτά που είδαν και άκουσαν ενώ οι ίδιοι κείτονταν κλινικά νεκροί πάνω στο χειρουργικό τραπέζι.

Κατά τη διάρκεια που οι άνθρωποι είχαν τις παραθανάτιες εμπειρίες, ένιωσαν τον εαυτό τους να διαπερνάει μια σκοτεινή σήραγγα και να βγαίνουν μέσα σε έναν κόσμο φωτός. Το φως που συνάντησαν εκεί ήταν πιο λαμπερό από οποιοδήποτε φως μέσα σε αυτόν το φυσικό κόσμο, αλλά δεν ήταν θερμό και δεν τους έκαιγε.

Κατά τη διάρκεια αυτής της εμπειρίας, μερικοί από αυτούς συνάντησαν ένα φωτεινό Ον, το οποίο τους γέμισε με μια Αγάπη που είχε μεγάλη γλυκύτητα και ήταν διαφορετική από οποιαδήποτε άλλη αγάπη από αυτές που είχαν νιώσει πάνω στη Γη. Το Ον τούς αγκάλιασε με άπειρη αγάπη. Πολλοί περιγράφουν πώς το φωτεινό Ον τους βοήθησε να κάνουν μια ανασκόπηση της ζωής τους, όπου οι μνήμες όλων των περασμένων σκέψεων, λόγων και πράξεων επέστρεψαν σε αυτούς. Εκείνοι που είχαν αυτή την εμπειρία είπαν ότι ήταν σαν να παρακολουθούσαν μια τρισδιάστατη κινηματογραφική ταινία, όπου οι ίδιοι ήταν συγχρόνως και οι πρωταγωνιστές και οι παρατηρητές της ζωής τους. Μπορούσαν να βιώσουν την επίδραση που είχαν οι πράξεις, τα λόγια και οι σκέψεις τους στους άλλους ανθρώπους κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Αν είχαν προξενήσει πόνο σε κάποιον, βίωναν τον πόνο που προξένησαν στον άλλο. Αν είχαν δώσει χαρά σε κάποιον, την ξαναζούσαν και εκείνοι. Έτσι, έγιναν ενήμεροι για τα αισθήματα των άλλων στη διάρ-

κεια της ανασκόπησης της ζωής τους.

Οι άνθρωποι που βίωσαν αυτή την ανασκόπηση έφτασαν στη συνειδητοποίηση ότι από όλα τα επιτεύγματα που έκαναν σε αυτό τον κόσμο, η αγάπη που έδωσαν ήταν η πιο σημαντική προσφορά που μπορούσαν να κάνουν, για να βοηθήσουν τους άλλους.

Μετά την ανασκόπηση της ζωής τους, τους είπαν ότι έπρεπε να επιστρέψουν στο φυσικό τους σώμα, για να συμπληρώσουν το υπόλοιπο της γήινης ζωής τους. Αν και η μακαριότητα και η Αγάπη που βίωσαν ήταν τόσο θαυμάσιες, που ορισμένοι δεν ήθελαν να επιστρέψουν, τους είπαν ότι έπρεπε να πάνε πίσω στη Γη. Όταν επέστρεψαν στη ζωή, οι πρώην νεκροί ήταν ριζικά αλλαγμένοι. Συνειδητοποίησαν τη σπουδαιότητα τού να αγαπάς και να προσφέρεις και άρχισαν να αλλάζουν τους τρόπους τους. Έμαθαν ότι η ζωή μας μετριέται όχι με το πόσα χρήματα συσσωρεύουμε, το μέγεθος του ονόματος και της φήμης μας, την περιουσία που αποκτούμε ή την εξυπνάδα και τις ικανότητές μας, αλλά από την αγάπη, την προσφορά, τη θυσία και την καλοσύνη που δείχνουμε. Αυτό που εκτιμάται στο Υπερπέραν είναι πόσο αγαπάμε τους άλλους. Όταν εκείνοι που είχαν παραθανάτιες εμπειρίες επέστρεψαν στη ζωή, συνειδητοποίησαν ότι το μυστικό να κάνουμε τον κόσμο έναν καλύτερο τόπο ήταν μέσω της αγάπης.

Ένα σημαντικό χαρακτηριστικό αυτών των αφηγήσεων των παραθανάτιων εμπειριών είναι ότι επιβεβαιώνουν εκείνα τα οποία οι Μύστες, οι Άγιοι, οι ιδρυτές των διαφόρων θρησκειών και οι πνευματικοί Διδάσκαλοι έχουν αναφέρει μέσα στους αιώνες, όταν περιγράφανε μυστικιστικούς τόπους στο Υπερπέραν. Δυστυχώς, η τεχνολογία και η επιστήμη έχουν αμβλύνει την πίστη εκατομμυρίων ανθρώπων στη σύγχρονη εποχή, κάνοντάς τους να αμφιβάλλουν για τα διδάγματα της θρησκείας τους. Αν οι εμπειρίες που περιγράφονταν μέσα στις Γραφές δεν μπορούσαν να επαναληφθούν μέσα σε ένα εργαστήριο και να μετρηθούν με επιστημονικά όργανα, αυτές απομυθοποιούνταν. Έτσι, πολλοί άνθρωποι έχασαν την πίστη τους

στα επέκεινα, στον παράδεισο, στην ψυχή και ακόμα, στον Θεό. Αυτές οι παραθανάτιες εμπειρίες που αναφέρθηκαν από άτομα, τα οποία εξετάστηκαν από επαγγελματίες, γιατρούς ψυχίατρους, καθηγητές και άλλους ειδικούς και διαπιστώθηκε ότι ήταν λογικοί και κανονικοί άνθρωποι, έχουν βοηθήσει στο να αποκαταστήσουν την πίστη μας για τις μυστικιστικές Περιοχές του Υπερπέραν.

Αφού ο καθένας μας θα ταξιδέψει τελικά σε αυτούς τους μυστικιστικούς τόπους μετά το φυσικό μας θάνατον και θα παραμείνουμε εκεί ίσως για ένα μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από αυτό που περάσαμε στην προηγούμενη ενσάρκωσή μας στη Γη, θα πρέπει να γνωρίσουμε τα μέρη που θα πάμε. Ο φόβος που μας καταλαμβάνει, όταν σκεπτόμαστε το θάνατο των δικών μας ή των αγαπημένων μας, μπορεί να εκλείψει, όταν ρίξουμε έστω και μία κλεφτή ματιά, στη διάρκεια της ζωής μας, σε αυτό που μας περιμένει όταν θα τελειώσει αυτή μας η ζωή.

Αφηγήσεις παραθανάτιων εμπειριών επιβεβαιώνουν αυτό που οι δάσκαλοι του Σαντ Ματ έχουν διδάξει και συνεχίζουν να διδάσκουν μέσα στους αιώνες. Είμαστε ψυχές, σταγόνες του Δημιουργού. Στο Θείο Σχέδιο δημιουργήθηκαν πολυάριθμες Περιοχές και στάλθηκαν ψυχές να κατοικήσουν αυτούς τους κόσμους. Οι ψυχές έχουν σταλθεί από τον Θεό και τελικά, θα επιστρέψουν στον Θεό.

Αν εκείνοι που είχαν μία παραθανάτια εμπειρία περιγράφουν ότι είχαν τόση μεγάλη χαρά και ειρήνη, που δεν ήθελαν να επιστρέψουν σε αυτόν το φυσικό κόσμο, αλλά επέστρεψαν, καθώς δεν ήταν ακόμη η ώρα τους να πεθάνουν, μπορεί κανείς να φανταστεί πόσο μεγάλη ήταν η Αγάπη και η μακαριότητα που βίωσαν. Η γεμάτη Φως και ειρήνη παραθανάτια εμπειρία τους, όταν στο τέλος του τούνελ βγήκαν σε έναν κόσμο φωτός, είναι ακριβώς η πύλη προς τα ανώτερα βασίλεια.

Δε χρειάζεται να περάσει κανείς ένα φυσικό τραύμα ή μία παραθανάτια εμπειρία, για να φτάσει σε αυτά τα ανώτερα βασίλεια. Στο διαλογισμό, ο πνευματικός οδηγός μάς παίρνει υψηλότερα και ακόμα υψηλότερα, χωρίς να περάσουμε τη δο-

κιμασία του φυσικού ατυχήματος, την οποία είχαν εκείνοι που έζησαν μια παραθανάτια εμπειρία. Ο διαλογισμός είναι μία μακάρια διαδικασία από την οποία επιστρέφουμε στη συνειδητότητα του σώματός μας οποτεδήποτε θέλουμε.

γ) ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ ΑΣΤΡΙΚΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ

Περνώντας πέρα από την ενδιάμεση *(Αιθερική)* περιοχή, μπαίνουμε στο Αστρικό βασίλειο. Εκεί μας χαιρετούν μυριάδες έγχρωμα λαμπερά φώτα που δεν ήταν καν γνωστά σε εμάς στο Φυσικό βασίλειο. Σπινθηροβολούν με ένα Φως πιο εκτυφλωτικό από τα διαμάντια, τα ρουμπίνια ή τα σμαράγδια αυτού του κόσμου. Η μουσική που αντηχεί σε αυτό το βασίλειο είναι απερίγραπτη. Η ένταση του ήχου, η οποία γεμίζει την ψυχή μας με μακαριότητα που μας εξυψώνει, είναι πέρα από κάθε ήχο που γνωρίζουμε σε αυτό το Φυσικό βασίλειο. Μπορεί κανείς να σκεφτεί τη διαφορά μεταξύ υψηλής προδιαγραφής ψηφιακού διάχυτου ήχου και των επίπεδων μονοφωνικών καταγραφών που άκουγαν οι άνθρωποι από τα μαγνητόφωνα του παρελθόντος. Αυτή η διαφορά μάς βοηθά να φανταστούμε πως, αν παίρναμε την καλύτερη καταγραφή της μουσικής αυτού του φυσικού κόσμου και τη βάζαμε μέχρι το ανώτατο επίπεδο δόνησης, αυτό θα έδινε μία ιδέα και μόνο για το πόσο πιο αιθέριος και απερίγραπτος είναι ο Εσωτερικός ήχος των βασιλείων του Υπερπέραν.

Το Αστρικό βασίλειο είναι μόνον η αρχή του Εσωτερικού μας ταξιδιού. Οι κάτοικοι αυτού του βασιλείου υπάρχουν μέσα σε ένα Αστρικό σώμα και είναι αιθέριες μορφές που ακτινοβολούν φως. Χωρίς το φυσικό μας σώμα μπορούμε να ταξιδέψουμε μέσα στο Αστρικό βασίλειο, **διατηρώντας τις επιθυμίες και τις λαχτάρες μας**. Δεν είμαστε περιορισμένοι από ένα υλικό σώμα και μπορούμε να περιφερόμαστε και να ταξιδεύουμε με την ταχύτητα των επιθυμιών μας οπουδήποτε θέλουμε. Μπορεί να νομίζουμε ότι το Αστρικό βασίλειο είναι καταπληκτικό, αλλά εξακολουθεί να είναι περιορισμένο, συγκρινόμενο με τα

ανώτερα βασίλεια. Το Αστρικό βασίλειο είναι κατασκευασμένο από ύλη με περισσότερη συνειδητότητα από ό,τι το Φυσικό βασίλειο, αλλά υπάρχουν ακόμη πιο αιθέριες περιοχές που μας περιμένουν.

Με όλες του τις στεριές και τις ηπείρους, το Αστρικό βασίλειο εξακολουθεί να υπόκειται στους περιορισμούς του νου μας. Είναι ένα βασίλειο στο οποίο **μπορούμε να υλοποιήσουμε οποιαδήποτε σκέψη και επιθυμία μας**. Έτσι, ακριβώς όπως το Φυσικό βασίλειο μας δεσμεύει με τις εγκόσμιες προσκολλήσεις μας και μας εμποδίζει να γνωρίσουμε το Θείο, με τον ίδιο τρόπο μπορούμε να ξεγελαστούμε και να αποσπαστούμε και στο Αστρικό βασίλειο. Όπως ένα παιδί σε ένα κατάστημα παιχνιδιών χαίρεται, έτσι και εμείς μπορεί να απολαμβάνουμε υλοποιώντας οτιδήποτε θέλουμε και να απορροφηθούμε σε αυτές τις εκδηλώσεις, αλλά συγχρόνως χάνουμε το σκοπό του Εσωτερικού μας ταξιδιού, που είναι το να φτάσουμε στο ανώτατο βασίλειο, αυτό της αιώνιας Αγάπης και μακαριότητας, στο Θείο Δημιουργό.

Ένας πνευματικός Διδάσκαλος, ως Εσωτερικός μας οδηγός, μας κρατά εστιασμένους στο ταξίδι μας, ώστε **να μην αποσπαστούμε από τα αξιοθέατα** σε αυτό το Αστρικό βασίλειο. Ο Διδάσκαλος θέλει να περάσουμε μέσα από αυτό το βασίλειο γρήγορα, για να μπορέσουμε να απολαύσουμε ακόμη ανώτερα βασίλεια χαράς και έκστασης. Όσο γοητευτικό κι αν είναι το Αστρικό βασίλειο, το να ασχολείται κανείς με τη θέασή του είναι τόσο άκαρπο, όσο είναι και σε αυτόν το φυσικό κόσμο. Αυτό εξάπτει την περιέργειά μας και καταπλήσσει τον Αστρικό νου μας, αλλά δε μας δίνει διαρκή ευτυχία και Θεία Αγάπη. Υπάρχουν πολύ ανώτερες απολαύσεις που μας περιμένουν στις Περιοχές πέρα από το Αστρικό.

δ) ΕΠΟΜΕΝΗ ΣΤΑΣΗ: ΤΟ ΑΙΤΙΑΤΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ

Η επόμενή μας στάση στο ταξίδι προς το Θείο είναι το Αιτιατό βασίλειο. Αν νομίζαμε ότι το Αστρικό βασίλειο ήταν

απίστευτα όμορφο, η Αστρική περιοχή ωχριά σε σύγκριση με το Αιτιατό βασίλειο. Αυτό το βασίλειο είναι φτιαγμένο με ίσα μέρη ύλης και συνειδητότητας. Αυτό το κάνει ακόμη πιο αιθέριο από το Αστρικό βασίλειο. Τα φώτα από το Αιτιατό βασίλειο είναι πολύ πιο λαμπερά και πιο φωτεινά. Η μουσική είναι πιο μαγευτική. Το Αιτιατό βασίλειο είναι πιο απέραντο από το Αστρικό βασίλειο. Έχει απίστευτες ηπείρους και αφάνταστα υψηλά βουνά, ποταμούς που σχηματίζουν καταρράκτες και έναν ωκεανό φωτός, θέες και ήχους που είναι ασύλληπτα στο φυσικό μας νου.

Σε κάθε βασίλειο υπάρχουν πλήθη ψυχών που είναι απασχολημένες σε όλων των ειδών τις επιδιώξεις. Στο Αιτιατό βασίλειο μπορούμε να κινηθούμε χωρίς το φυσικό και το Αστρικό μας σώμα και να **ταξιδέψουμε με την ταχύτητα της σκέψης. Οτιδήποτε σκεφθούμε μπορεί να εκδηλωθεί.** Μπορούμε να ταξιδέψουμε οπουδήποτε μέσα σε αυτό το βασίλειο αυτοστιγμεί. Αυτό είναι, επίσης, ένα βασίλειο στο οποίο μπορούμε να δούμε τις περασμένες μας ζωές, ένα βασίλειο στο οποίο **όλες οι καταγραφές όλων των περασμένων μας ζωών είναι αποθηκεμένες** *(Ακκασικά αρχεία)*. Έτσι, μπορούμε να ανατρέξουμε στην ιστορία του κάρμα μας και να δούμε πώς αυτό επηρέασε όλες τις ζωές μας.

Ο Διδάσκαλος, όμως, δε θέλει να αποσπαστούμε από το Εσωτερικό μας ταξίδι προς το Θείο με το να εμβαθύνουμε στις περασμένες μας ζωές. Σκεφθείτε αυτή την απόσπαση σαν να ετοιμαζόμαστε να πάμε στο αεροδρόμιο για την πτήση μας να ταξιδέψουμε, αλλά πριν να φύγουμε από το σπίτι, βρίσκουμε ένα άλμπουμ με φωτογραφίες από τη ζωή μας. Περιέχει φωτογραφίες όταν ήμασταν μωρά, μέχρι τα παιδικά μας χρόνια, τα νεανικά μας χρόνια, τα χρόνια της ώριμης ηλικίας και των τελευταίων χρόνων, μαζί με μία γραπτή περιγραφή της κάθε ημέρας της ζωής μας. Μετά, φανταστείτε ότι υπήρχαν άλμπουμ με φωτογραφίες και βιογραφίες όλων των περασμένων μας ζωών. Αν αρχίσουμε να τα βλέπουμε όλα αυτά, θα χάσουμε την πτήση μας. Θα μας έπαιρνε χρόνια και δεκαετίες, για να δούμε

όλες τις περασμένες ιστορίες των προηγούμενων ζωών μας. Ο Διδάσκαλος δε μας αφήνει να χρονοτριβούμε εδώ, στην Αιτιατή περιοχή, καθώς υπάρχουν ακόμη περισσότερα βασίλεια να επισκεφθούμε, με ακόμη μεγαλύτερη αγάπη και μακαριότητα.

ε) ΛΟΥΣΤΕΙΤΕ ΜΕΣΑ ΣΤΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΝΕΡΑ ΤΗΣ ΛΙΜΝΗΣ ΜΑΝΣΑΡΟΒΑΡ ΣΤΟ ΥΠΕΡΑΙΤΙΑΤΟ ΒΑΣΙΛΕΙΟ

Ο Διδάσκαλος, στη συνέχεια, μας οδηγεί στο Υπεραιτιατό βασίλειο. Αυτό είναι ένα μεγάλο άλμα, γιατί αφήνουμε πίσω μας τα βασίλεια που ελέγχονται από το νου. Το Φυσικό, το Αστρικό και το Αιτιατό βασίλειο είναι κάτω από τον έλεγχο του Παγκόσμιου Νου. Ο νους είναι αυτός που μας κρατά αποσπασμένους στα κατώτερα βασίλεια, είτε στο Φυσικό είτε στο Αστρικό και το Αιτιατό. Μας εμποδίζει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας στην αληθινή μας φύση, ως ψυχή, και να γνωρίσουμε το Θείο Δημιουργό, τον Θεό.

Επειδή η έλξη του νου είναι τόσο μεγάλη, χρειαζόμαστε έναν πνευματικό Διδάσκαλο για να μας βοηθήσει να υπερβούμε τα τρία κατώτερα βασίλεια του νου. Όπως ένα διαστημόπλοιο χρειάζεται τρομερή δύναμη, για να ξεφύγει από την έλξη της βαρύτητας της Γης και να φτάσει στο εξωτερικό διάστημα, έτσι και η ψυχή μας χρειάζεται την πνευματική ακτινοβολία ενός Τέλειου Διδασκάλου, για να μας βοηθήσει να ανυψωθούμε πάνω από τα βασίλεια που ελέγχονται από την έλξη του νου.

Στο Υπεραιτιατό Επίπεδο βρίσκουμε μία δεξαμενή από νέκταρ που ονομάζεται Μανσαρόβαρ, μέσα στην οποία η ψυχή λούζεται και αποβάλλει το Αιτιατό της σώμα. Η ψυχή παραμένει τώρα καλυμμένη μόνο με ένα λεπτό πέπλο *(πέπλο της μακαριότητας)*. Αυτή η Περιοχή είναι πέρα από το νου και τις αισθήσεις. Δεν υπάρχει απολύτως καμία φυσική γλώσσα που να μπορεί να μας δώσει έστω και μία ιδέα με το τι μοιάζει το Υπεραιτιατό βασίλειο. Έχουμε μόνο ωχρές αντιστοιχίες. Το Φυσικό, τον Αστρικό και τον Αιτιατό νου, τους έχουμε αφήσει

πίσω μας, στους κατώτερους κόσμους, καθώς ο νους δε μας χρησιμεύει εδώ στην Υπεραιτιατή Περιοχή.

Αυτού του βασιλείου την εμπειρία έχει απευθείας η ψυχή με ένα μόνο λεπτό κάλυμμα που την περιβάλλει *(πέπλο της μακαριότητας)*. Το Υπεραιτιατό βασίλειο έχει, επίσης, το δικό του ξεχωριστό Φως και τον Ήχο που βοηθά την ψυχή να αναγνωρίσει τι είναι, ποια είναι και πού βρίσκεται. Είναι σε αυτό το βασίλειο που η ψυχή, βγαίνοντας από τη λήθη της που την περιόριζε για χιλιετίες μέσα στα κατώτερα βασίλεια, κραυγάζει «Σοχάνγκ» που σημαίνει «Εγώ είμαι Αυτό». Συνειδητοποιεί η ψυχή ότι «Είναι πνεύμα της ίδιας ουσίας με αυτή του Θεού».

Το Υπεραιτιατό είναι ένα βασίλειο που αποτελείται κυρίως από συνειδητότητα με μόνο ένα λεπτό στρώμα ψευδαίσθησης. Η λίμνη Μανσαρόβαρ είναι γεμάτη με *χάνσας (κύκνους)*, εξαγνισμένες ψυχές που αγαλλιάζουν με τη χαρά της συνειδητοποίησης της αληθινής τους φύσης. Στο Επίπεδο αυτό, η ψυχή, απογυμνωμένη από το κάλυμμα του νου, συνειδητοποιεί ότι η αληθινή της φύση και ουσία είναι ίδια με αυτή του Θεού, ότι είναι δηλαδή πνεύμα. Εκεί, έχουμε την εμπειρία ότι, ως ψυχή, λάμπουμε με ένα εκτυφλωτικό φως. Συνειδητοποιούμε ότι οι ήλιοι και τα άστρα των φυσικών κόσμων δεν είναι παρά ωχρές αντανακλάσεις των Εσωτερικών Φώτων των ανώτερων βασιλείων και της ψυχής μας.

Το Υπεραιτιατό βασίλειο είναι πέρα από κάθε περιγραφή. Τα πάντα που γνωρίζουμε μέσα στο Φυσικό, στο Αστρικό και το Αιτιατό βασίλειο δεν είναι παρά μία εκδήλωση του νου. Στα βασίλεια πέρα από το νου δεν υπάρχει κανένα σύστημα αναφοράς ή λόγια, για να περιγράφουν με τι μοιάζουν αυτά. Είναι σαν να προσπαθούμε να περιγράψουμε τα χρώματα σε ένα άτομο που δεν μπορεί να δει ή τη μουσική σε ένα άτομο που δεν μπορεί να ακούσει. Έχουμε την εμπειρία από το καθετί ως υπερβατική Αγάπη, γεμάτη μακαριότητα και πέρα από κάθε αντίληψη. Έχουμε την εμπειρία των πάντων με την ψυχή, χωρίς το εμπόδιο των περιορισμών του νου.

Ακόμη και στο Φυσικό βασίλειο, τα λόγια δεν μπορούν να

εκφράσουν ορισμένες εμπειρίες. Για παράδειγμα, η γλώσσα δεν μπορεί να μεταφέρει την απόλαυση, τη γεύση και τη γλυκύτητα του παγωτού σε κάποιον που ποτέ δεν το έχει γευθεί. Αν διαβάσουμε μόνο με το τι μοιάζει, δεν γευόμαστε τη νοστιμιά του εμείς οι ίδιοι. Δεν μπορούμε, επίσης, να συγκρίνουμε την εμπειρία τού να αγαπάμε κάποιον μόνο με το να διαβάζουμε για αγάπη. Κατά τον ίδιο τρόπο, η ψυχή μπορεί να έχει την εμπειρία της μακαριότητας, της Αγάπης και της ομορφιάς των ανώτερων βασιλείων, χωρίς την ανάμειξη του νου και των περιορισμών της γλώσσας.

Το Υπεραιτιατό Επίπεδο δεν είναι, όμως, ένα βασίλειο αισθημάτων. Είναι μάλλον ένα βασίλειο μακαριότητας, του οποίου την εμπειρία έχει η ψυχή, πέρα από τα συναισθήματα και τα αισθήματα. Τα αισθήματα είναι περιορισμένα, καθώς έχουμε την εμπειρία τους στο επίπεδο του νου μας. Μπορούμε να νιώθουμε ευτυχία ή το αντίθετό της, δυστυχία. Όμως, ***η μακαριότητα δεν έχει αντίθετο. Η μακαριότητα είναι μία αιώνια κατάσταση του Θεού και της ψυχής.*** Κατοικεί στον αληθινό μας πυρήνα. Αυτή δεν αλλάζει, αλλά είναι μία παντοτινά υπάρχουσα κατάσταση, της οποίας έχουμε την εμπειρία, όταν βιώσουμε τον εαυτό μας ως ψυχή. Τα συναισθήματα έρχονται και φεύγουν, όπως τα κύματα στον ωκεανό, τινάζοντάς μας από τα ύψη στα βάθη. Αν αποκτήσουμε αυτό που θέλουμε, είμαστε ευτυχισμένοι, αν δεν αποκτήσουμε αυτό που θέλουμε, είμαστε θλιμμένοι. Η μακαριότητα δεν εξαρτάται από τις εξωτερικές συνθήκες της ζωής. Όταν απογυμνώσουμε την ψυχή μας από το κάλυμμα του νου και εισέλθουμε στο Υπεραιτιατό βασίλειο, έχουμε την εμπειρία της αληθινής μακαριότητας.

ζ) Ο ΤΕΛΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ: Η ΑΤΕΛΕΙΩΤΗ ΑΓΑΠΗ ΤΟΥ ΚΑΘΑΡΑ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΤΟΥ ΘΕΟΥ

Το Υπεραιτιατό βασίλειο δεν είναι το τέλος του ταξιδιού. Ο Διδάσκαλος δε θέλει να χρονοτριβούμε εδώ, επειδή η επό-

μενη φάση του ταξιδιού είναι ο απώτατος προορισμός μας – το καθαρά πνευματικό βασίλειο, γνωστό ως “Σατς Καντ” ή “Στα Λοκ”, που σημαίνει “Αληθινό Σπίτι” ή “Αληθινό Βασίλειο”. Αυτή η περιοχή είναι πέρα από το νου και τη διάνοια, είναι εκεί όπου η ψυχή έχει την εμπειρία της αληθινής της φύσης και επιστρέφει στην Πηγή της, τον Θεό. Εδώ, η μακαριότητα και η αγάπη ξεπερνούν εκείνες που βιώθηκαν μέσα σε όλα τα βασίλεια κάτω από αυτό. Το Σατς Καντ είναι το βασίλειο του πνεύματος, χωρίς καθόλου ύλη ή ψευδαίσθηση. Αυτό είναι το φωτεινό και άπειρο βασίλειο του Θεού. Στο Σατς Καντ, όπου είναι το Αληθινό Σπίτι της ψυχής, η ψυχή συγχωνεύεται με τη Θεότητα.

Το Φως του Σατς Καντ είναι πέρα από εκείνα τα φώτα όλων των άλλων βασιλείων. Εκατομμύρια εξωτερικοί ήλιοι αυτού του Φυσικού μας βασιλείου δεν είναι ίσοι ούτε με ένα μικρό ποσοστό του Θείου Φωτός του Σατς Καντ. Πόσο έντονα φωτεινό είναι αυτό; Σκεφθείτε τη διαφορά μεταξύ του φωτός του κεριού και του φωτός του ήλιου. Οι επιστήμονες λένε για το φως του ήλιου ότι είναι αμυδρό, συγκρινόμενο με το φως των μακρινών κβάζαρ. Παρόμοια, τα φώτα αυτού του Φυσικού βασιλείου δεν είναι παρά σκοτεινά και αμυδρά, συγκρινόμενα με το φως του Θεού που ακτινοβολεί χωρίς κανένα κάλυμμα στο βασίλειο του Σατς Καντ.

Με όλη την ένταση με την οποία ένας εγκόσμιος λάτρης τρέχει στην αγκαλιά της αγαπημένης του και ολοκληρώνει την αγάπη τους, έτσι και η ψυχή τρέχει στην Αγκαλιά του Θεού, στο Σατς Καντ. Σαν από ένα μαγνήτη, η ψυχή έλκεται να ενωθεί ξανά με τον Θεό. Οι χαρές του Υπεραιτιατού βασιλείου φθάνουν σε μία ακόμη μεγαλύτερη ένταση, πέρα από κάθε ανθρώπινη περιγραφή, όταν μπαίνουμε στο Σατς Καντ. Αγνό Φως και Ήχος μάς λούζουν και η ψυχή λάμπει με τη λαμπρότητα δεκαέξι εξωτερικών ήλιων. Η ψυχή μας, τελείως και πλήρως, συγχωνεύεται με τον Θεό και έχουμε την εμπειρία της ευθυμίας και της χαράς της αληθινής μας κατάστασης. Εκεί δεν υπάρχει πόνος, θλίψη και θάνατος. Τα πάντα είναι ειρήνη και διαρκής

ευτυχία. Συναρπαστική Αγάπη και ατέλειωτη μακαριότητα νιώθουμε, όταν συγχωνευόμαστε ξανά με τον Θεό.

Ο Θεός είναι Αγάπη. Στο Σατς Καντ γινόμαστε ένα με τον Ωκεανό της Αγάπης. Καθώς ο Θεός είναι συνειδητότητα, όταν συγχωνευτούμε με τον Θεό, γινόμαστε πανσυνειδητοί. Είναι μία μαγευτική έκσταση πέρα από κάθε κατανόηση. Η Σπίθα του Φωτός συγχωνεύεται με το Φως και γίνεται Φως. Έχουμε τελικά πληρότητα.

η) Η ΤΕΧΝΙΚΗ ΤΟΥ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΦΩΣ ΚΑΙ ΗΧΟ

Οι Άγιοι δε θέλουν μόνο να διαβάζουμε αυτές τις περιγραφές μέσα από ένα βιβλίο, θέλουν να έχουμε την εμπειρία όλων αυτών των ανώτερων βασιλείων εμείς οι ίδιοι. Είναι μόνο όταν έχουμε την εμπειρία τους, που αποδεικνύουμε στον εαυτό μας την πραγματική ύπαρξή τους. Ένας λόγος που οι Άγιοι δεν εμμένουν στην περιγραφή αυτών των βασιλείων, είναι επειδή θέλουν να τα δούμε και να τα γνωρίσουμε εμείς οι ίδιοι. Μας λένε: «Το να δει κανείς είναι πάνω απ᾽ όλα». Ο στόχος των Αγίων είναι να μας δείξουν πώς να φτάσουμε σε αυτά τα Βασίλεια. Θέλουν να εισέλθουμε μέσα από το Εσωτερικό φινιστρίνι, ώστε να μπορούμε να γνωρίζουμε στα σίγουρα τι βρίσκεται στο Υπερπέραν.

θ) ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΣ ΑΥΤΟ ΤΟ ΦΙΝΙΣΤΡΙΝΙ, ΑΡΧΙΖΟΥΜΕ ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΜΑΣ ΤΑΞΙΔΙ

Ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο μας βοηθάει να βρούμε μια πύλη διέλευσης για τους Εσωτερικούς κόσμους. Για να διαλογιστούμε, καθόμαστε σε μία άνετη στάση, την πιο βολική για μας, στην οποία μπορούμε να καθίσουμε ακίνητοι για μεγάλο χρονικό διάστημα. Παίρνουμε την προσοχή μας από το σώμα, στο οποίο είμαστε ενήμεροι για τα πόδια, τις κνήμες, τα χέρια, τον κορμό μας κ.τ.λ., και την ανεβάζουμε

στην Έδρα της Ψυχής, που βρίσκεται μεταξύ και πίσω από τα δύο φρύδια. Δεν πρέπει να κινούμαστε, καθώς η κίνηση φέρνει την προσοχή μας ξανά πίσω στο σώμα μας, αποσπώντας μας από τη συγκέντρωση στην Έδρα της Ψυχής. Χρειάζεται να καθίσουμε άνετα, για να δώσουμε το χρόνο που χρειάζεται στην προσοχή μας να υψωθεί στην Έδρα της Ψυχής.

Κλείνουμε τα μάτια μας απαλά, όπως όταν πηγαίνουμε να κοιμηθούμε, αλλά παραμένουμε τελείως ξύπνιοι. Το κλείσιμο των ματιών γίνεται, ώστε το βλέμμα μας να μη μας εμποδίζει να αποσπαστούμε από τις εξωτερικές θεάσεις αυτού του φυσικού κόσμου. Δεν ασκούμε καμία πίεση στα μάτια μας. Επίσης, δε σηκώνουμε τα μάτια μας προς τα πάνω, προς την κατεύθυνση των φρυδιών, καθώς αυτό φέρνει ένταση και μπορεί να καταλήξει σε πονοκέφαλο. Κρατάμε το βλέμμα μας εστιασμένο, απαλά μπροστά μας, και κοιτάζουμε στο μέσον από οτιδήποτε εμφανίζεται Εσωτερικά. Κρατάμε το βλέμμα μας οριζόντια, εστιάζοντάς το περίπου δεκαπέντε με είκοσι εκατοστά μπροστά μας, με κλειστά μάτια.

Κοιτάζουμε με αγάπη στο μέσον από οτιδήποτε εμφανίζεται μπροστά μας. Μπορεί στην αρχή να δούμε είτε ένα σκοτεινό πέπλο είτε ένα πεδίο φωτεινό, σπίθες φωτός, τελείες φωτός, αστραπές φωτός, κύκλους φωτός ή φως οποιουδήποτε χρώματος, όπως χρυσό, λευκό, κίτρινο, πορτοκαλί, κόκκινο, ιώδες, βιολετί, μπλε ή πράσινο. Δεν έχει σημασία το τι βλέπουμε και συνεχίζουμε να κοιτάζουμε στο μέσον από οτιδήποτε εμφανίζεται μπροστά μας.

Μπορεί να έχουμε Εσωτερικές θεάσεις, όπως ένα Εσωτερικό ουρανό, σύννεφα, άστρα, μία σελήνη ή έναν ήλιο. Αυτά μπορεί να οδηγήσουν στην Εσωτερική Φωτεινή Μορφή του πνευματικού μας Διδασκάλου, ο οποίος μας υπηρετεί ως οδηγός, για να μας πάρει σε ένα απίστευτο Εσωτερικό ταξίδι, πέρα από αυτό το Φυσικό βασίλειο.

Ενώ κοιτάζουμε στο μέσον αυτού που εμφανίζεται μπροστά μας, μπορεί να προσέξουμε ότι ο νους μάς αποσπά με σκέψεις. Μπορεί να διαπιστώσουμε ότι οι σκέψεις μάς αποσπούν από το

να κοιτάζουμε Εσωτερικά. Μπορεί να διαπιστώσουμε ότι δεν μπορούμε να καταλαγιάσουμε το νου μας, για να συνεχίσουμε να διαλογιζόμαστε. Γι'αυτό οι Διδάσκαλοι μας δίνουν ένα φάρμακο. Την ώρα του διαλογισμού, ο πνευματικός Διδάσκαλος μας δίνει "πέντε Φορτισμένες Λέξεις" να τις επαναλαμβάνουμε νοερά, για να κρατάμε το νου μας απασχολημένο και την προσοχή μας εστιασμένη στην ενατένιση.

Αυτές οι θείες λέξεις επαναλαμβάνονται νοερά ενώ συνεχίζουμε να κοιτάζουμε ευθεία μπροστά μας. Η συγκέντρωση στον Τρίτο Οφθαλμό κάνει το αισθητηριακό μας ρεύμα να αποσυρθεί. Αυτό το αισθητηριακό ρεύμα *(η ψυχή)* διαποτίζει όλο μας το σώμα και μας καθιστά ενήμερους της θέσης και της αίσθησης του σώματός μας. Καθώς το αισθητηριακό ρεύμα αποσύρεται, δεν έχουμε πλέον την αίσθηση των ποδιών μας, των χεριών, των βραχιόνων και του κορμιού μας. Καθώς η προσοχή μας είναι απόλυτα συγκεντρωμένη στον Τρίτο Οφθαλμό, αρχίζουμε να βλέπουμε Εσωτερικό Φως. Κοιτάζοντας πιο βαθιά στο μέσον αυτού του Φωτός, η ψυχή μας ανυψώνεται στα πνευματικά βασίλεια. Ο Διδάσκαλος τότε μας παίρνει στο Εσωτερικό μας ταξίδι.

ι) ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΟΥ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΥ ΦΕΡΝΕΙ ΑΜΕΣΗ ΑΠΑΛΛΑΓΗ ΑΠΟ ΤΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

Αυτό το ταξίδι φέρνει άμεση απαλλαγή από τις εντάσεις και τα άγχη της ζωής. Οι ετήσιες διακοπές προσφέρουν μία ευκαιρία να κάνουμε ένα διάλειμμα από τα άγχη της καθημερινής μας ζωής. Εμείς συνήθως αναζητούμε τόπους που μας χαλαρώνουν, που είναι ευχάριστοι και όμορφοι. Όμως, το να πάει κανείς σε εξωτερικές διακοπές είναι συχνά αγχώδες. Πρέπει να έχουμε χρήματα για το ταξίδι, να κλείσουμε εισιτήρια, να υποστούμε τις κακουχίες του ταξιδιού, είτε οδικώς, με το τρένο ή το λεωφορείο, είτε αεροπορικώς. Ακόμα, να βρούμε το σωστό κατάλυμα και τη δυνατότητα διατροφή μας, όπως και να

αντιμετωπίσουμε απρόσμενες καιρικές συνθήκες. Συχνά επιστρέφουμε από τις διακοπές πιο εξουθενωμένοι από ό,τι όταν φύγαμε.

Τι θα λέγαμε, αν μπορούσαμε να έχουμε την εμπειρία των διακοπών που δεν κοστίζουν τίποτα και στις οποίες θα μπορούσαμε να ταξιδέψουμε αυτοστιγμεί και να έχουμε την εμπειρία από αφάνταστες θεάσεις, πιο όμορφες από οτιδήποτε έχουμε ποτέ δει σε αυτό τον κόσμο; Τι θα λέγαμε, αν αυτές οι διακοπές μάς γέμιζαν με χαλάρωση του σώματος, του νου και του πνεύματός μας και είχαν το επιπρόσθετο όφελος να μας βάλουν σε καταστάσεις τρυφερής Αγάπης, χαράς και μακαριότητας; Τι θα λέγαμε, αν μπορούσαμε να έλθουμε σε επαφή με μία γαλήνια ειρήνη, που να μας παίρνει όλα μας τα προβλήματα και να παραμένει μαζί μας ακόμη και όταν επιστρέψουμε από το ταξίδι; Τι θα λέγαμε, αν μπορούσαμε να κάνουμε αυτό το ταξίδι οποιαδήποτε στιγμή θέλαμε, όσες φορές το επιθυμούσαμε, κλείνοντας απλώς τα μάτια μας; Αυτό δεν είναι επιστημονική φαντασία, όπως δείχνουν στο πρόγραμμα της τηλεόρασης «Σταρ Τρεκ», όπου οι αστροναύτες μπορούσαν να ταξιδέψουν αυτοστιγμεί λέγοντας: «Εκτόξευσέ με επάνω Σκοτ» και τα σώματά τους εξαφανίζονταν από τον έναν τόπο και εμφανίζονταν σε έναν άλλον. Αυτό το ταξίδι δεν είναι μια κατάσταση φαντασίας. Πολλά φωτισμένα όντα, άγιοι, μύστες, ιδρυτές θρησκειών και πνευματικοί Διδάσκαλοι, καθώς και οι μαθητές τους έχουν κάνει αυτό το Εσωτερικό ταξίδι.

Μέσα στους αιώνες, το πνευματικό ταξίδι ήταν ένα μυστήριο για τον πολύ κόσμο, αλλά ήταν γνωστό στους μαθητές μέσω μιας προφορικής παράδοσης, με την οποία οι Διδάσκαλοι περνούσαν τις “ταξιδιωτικές οδηγίες τους” για αυτό το ταξίδι. Αυτή η εμπειρία είναι εφικτή ακόμη και σήμερα σε όλους αυτούς που θέλουν να κάνουν αυτό το απίστευτο ταξίδι. Αυτό είναι ένα ταξίδι που αρχίζει με το να βρούμε τη Σπίθα μέσα μας και να ακολουθούμε τις ακτίνες της προς το Θείο.

Η επίσκεψη των αξιοθέατων σε αυτόν το φυσικό κόσμο μπορεί να ελκύει τις αισθήσεις μας με ενδιαφέρουσες και όμορφες

θέες, ήχους, μυρωδιές, γεύσεις και αισθήσεις. Όμως, η Εσωτερική επίσκεψη των αξιοθέατων μάς θαμπώνει με Φώτα πιο λαμπερά, ακόμη και από τα πιο λαμπερά αστέρια και ήλιους μέσα στο φυσικό σύμπαν. Είμαστε αυτόπτες μάρτυρες χρωμάτων, άγνωστων στα φυσικά μας μάτια. Η Εσωτερική μουσική κάνει τις πιο όμορφες ορχηστρικές εκτελέσεις αυτού του κόσμου να ηχούν παράφωνα και άτονα. Το Εσωτερικό ταξίδι συναρπάζει την ψυχή με μακαριότητα, αγάπη και χαρά που ξεπερνούν πολύ οποιεσδήποτε αισθησιακές απολαύσεις των οποίων έχουμε την εμπειρία σε αυτόν το φυσικό κόσμο. Το αποκορύφωμα αυτού του πνευματικού ταξιδιού είναι η έκσταση της ένωσης, καθώς η Σπίθα συγχωνεύεται με την αιώνια Φλόγα του Θείου.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Σκεφθείτε τι θα σήμαινε για τη ζωή σας, αν ξεκινούσατε το Εσωτερικό ταξίδι και είχατε την εμπειρία της μακαριότητας και της Αγάπης του Θείου που μας περιμένει μέσα μας.

ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ

Μια αφανής Θεϊκή Σπίθα βρίσκεται μέσα σε κάθε άνθρωπο. Περιμένει έναν καταλύτη, για να την κάνει να ανάψει και η λαμπερή φλόγα της να μπορεί να εκδηλωθεί.

Οι Αρχές της πνευματικότητας λειτουργούν όπως οι επιστημονικοί νόμοι που κυβερνούν τον πλανήτη μας. Οι ίδιοι νόμοι που λειτουργούν στο Σύμπαν είναι αντανακλάσεις εκείνων που κυβερνούν τα ανώτερα βασίλεια της Δημιουργίας.

Οι Αρχές που λειτουργούν και στο Φυσικό και στα πνευματικά βασίλεια μπορούν να μας βοηθήσουν να καταλάβουμε πώς ένας πνευματικός Διδάσκαλος εργάζεται ως ένας καταλύτης, για να ανάψει τη Σπίθα μέσα μας. Μιας και αυτή η Σπίθα ανάψει, το λαμπερό φως Της γίνεται ορατό, όταν εσωστρέψουμε την προσοχή μας στη διάρκεια του διαλογισμού. Τότε, παίρνουμε μία άμεση εμπειρία για το τι βρίσκεται στο Υπερπέραν και ακόμα, αποκτούμε γνώση του αληθινού μας εαυτού και πραγματοποιούμε τον Θεό.

α) Ο ΚΑΤΑΛΥΤΗΣ

Πώς ένας πνευματικός Διδάσκαλος ανάβει τη Σπίθα μέσα μας; Για να καταλάβουμε αυτήν τη διαδικασία, σκεφθείτε πώς οι επιστήμονες και οι μηχανικοί, σε αυτό το Φυσικό βασίλειο, συνδέουν πηγές ενέργειας και δύναμης στα σπίτια των ανθρώπων. Οι μηχανικοί επινοούν συστήματα στα οποία η ηλεκτρική ενέργεια από μία γεννήτρια διοχετεύεται σε ένα σπίτι για πολλούς σκοπούς, όπως για θέρμανση, ψύξη, φωτισμό και για τη

λειτουργία οργάνων και τεχνολογικών μικροσυσκευών. Ένας μηχανικός ή ένας επιστήμονας γνωρίζει πώς να συνδέσει τους χρήστες με την πηγή της ενέργειας. Κάνει καινούριες συνδέσεις και επιδιορθώνει τις χαλασμένες.

Οι ειδικοί συντονίζουν τα ραδιόφωνα με τα κύματα του ραδιοφώνου, τις τηλεοράσεις με τα σήματα των εκπομπών και τους υπολογιστές με τα ηλεκτρονικά δίκτυα, για να μας βοηθήσουν να επικοινωνούμε μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και του διαδικτύου.

Το να κάνουμε συνδέσεις για να δεχθούμε ηλεκτρονικά ή ψηφιακά σήματα μέσα σε αυτό το Φυσικό βασίλειο είναι ανάλογο με το να κάνουμε συνδέσεις μεταξύ της ψυχής και του Θεού. Και για τα δύο χρειαζόμαστε έναν πομπό και ένα δέκτη. Ο Θείος πομπός είναι ο Κύριος. Ο δέκτης της εκπομπής του Θεού είναι η ψυχή μας. Ο Διδάσκαλος είναι ένας ειδικός που κάνει τη σύνδεση, ώστε η ψυχή μας να μπορεί να είναι δεκτική στα μηνύματα από τον Θεό.

Χρειαζόμαστε έναν τέτοιο ειδικό, επειδή τα μηνύματα του Θεού έρχονται μόνον ως πνεύμα και δεν υπεισέρχεται καθόλου ύλη. Δέκτης μέσα στο φυσικό σώμα είναι ο εγκέφαλος και τα αισθητήρια όργανα που είναι κατασκευασμένα από ύλη και προορισμένα να δέχονται σήματα μόνον από τον υλικό κόσμο. Τα μάτια μας μπορούν να δεχθούν φως ορισμένου μήκους κυμάτων: κόκκινο, πορτοκαλί, κίτρινο, πράσινο, μπλε και ιώδες. Μερικά εργαλεία μπορούν να δεχθούν μήκη κυμάτων ανώτερων και κατώτερων συχνοτήτων, όπως υπεριώδη και υπέρυθρα κύματα. Πέρα από αυτά τα μήκη κυμάτων, τα μάτια μας και τα επιστημονικά όργανα δεν είναι κατάλληλα κατασκευασμένα για να τα αντιλαμβάνονται. Αν και ανώτερες πνευματικές συχνότητες εκπέμπονται διαρκώς, εμείς δεν μπορούμε να τις αντιληφθούμε μέσω των φυσικών μας αισθήσεων.

Το ανθρώπινο αυτί μπορεί να ακούσει μόνον ορισμένες συχνότητες ήχων. Μερικά ζώα, όπως ο σκύλος ή η φώκια, μπορούν να αντιλαμβάνονται μία μεγαλύτερη κλίμακα συχνοτήτων σε αυτό τον κόσμο. Τα φυσικά μας αυτιά, όμως, δεν είναι

κατάλληλα κατασκευασμένα να δέχονται συχνότητες ανώτερων πνευματικών ήχων που εκπορεύονται από τον Θεό.

Επίσης, εμείς αντιλαμβανόμαστε μόνο ορισμένες μυρωδιές, γεύσεις και δερματικά ερεθίσματα μέσω των αισθήσεών μας. Αυτό είναι το κατάλληλο φάσμα των ικανότήτων μας, για να έχουμε επικοινωνία στο Φυσικό επίπεδο.

β) ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ ΔΕΚΤΗΣ

Ο Θεός είναι πνεύμα. Όμως, τα φυσικά όργανα του σώματός μας δεν μπορούν να συλλάβουν τα πνευματικά μηνύματα του Θεού. Για να δεχτούμε πνευματική επικοινωνία από τη Θεότητα, χρειάζεται να είμαστε εφοδιασμένοι με ένα άλλο σύστημα αντίληψης, που είναι γνωστό ως ψυχή. Η ψυχή, που είναι πνεύμα, μπορεί να συντονίζεται με πνευματικές δονήσεις και έτσι μπορεί να επικοινωνήσει με τον Θεό.

Η ψυχή μπορεί να επικοινωνήσει με Περιοχές πέρα από το φυσικό βασίλειο. Ο διαλογισμός, μάς κάνει δεκτικούς στις ανώτερες δονήσεις που έρχονται από εκείνα τα βασίλεια. Στην πραγματικότητα, η ψυχή δεν απομακρύνεται από το σώμα κατά τη διάρκεια του διαλογισμού· μπορεί να πει κανείς ότι συντονίζεται με τις συχνότητες των ανώτερων επιπέδων. Μιλάμε για "ανώτερα" βασίλεια που, όμως, δεν υπάρχουν σε μια κάθετη διάταξη μέσα στο διάστημα, όπως τα φανταζόμαστε πάνω στη Γη. Κι αυτό, γιατί **όλες οι Περιοχές υπάρχουν μέσα μας συγχρόνως και διαφέρουν μόνο στο επίπεδο συχνότητας δόνησης.** Κάθε περιοχή, είτε Φυσική, Αστρική, Αιτιατή, Υπεραιτιατή ή το πνευματικό βασίλειο του Σατς Καντ, έχει μια διαφορετική παλμική συχνότητα *(ιδιοσυχνότητα)*. Στο διαλογισμό συντονιζόμαστε με τις ανώτερες δονήσεις και έτσι έχουμε την εμπειρία όλων των βασιλείων. Ο Διδάσκαλος είναι ο καταλύτης που συντονίζει την προσοχή μας με αυτές τις ανώτερες δονήσεις.

Το Φυσικό βασίλειο είναι κατασκευασμένο κυρίως από ύλη με μια μικρή ποσότητα συνειδητότητας, που είναι η ψυχή μέσα στον καθέναν μας. Το Αστρικό βασίλειο είναι κατασκευ-

ασμένο από ύλη, αλλά με περισσότερη συνειδητότητα ή πνεύμα από αυτήν που υπάρχει στο Φυσικό βασίλειο. Όταν η ψυχή μας υπερβαίνει τη φυσική συνειδητότητα και πηγαίνει προς το Αστρικό βασίλειο, έχουμε την εμπειρία εκείνου του βασιλείου, μέσω της ενημερότητας από το Αστρικό μας σώμα και τον Αστρικό μας νου. Το Αστρικό σώμα και ο Αστρικός νους μπορούν να αντιληφθούν το Αστρικό βασίλειο και να επικοινωνήσουν με αυτό.

Παρόμοια, έχουμε την εμπειρία του Αιτιατού βασιλείου, που περιέχει ίσα μέρη συνειδητότητας και ύλης, μέσω του Αιτιατού μας σώματος και του Αιτιατού νου. Όταν η ψυχή μας ανυψώνεται στο Αιτιατό βασίλειο, λειτουργεί μέσα στο Αιτιατό σώμα και τον Αιτιατό νου. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί η ψυχή να επιτυγχάνει την επικοινωνία της με το Αιτιατό βασίλειο.

Πάνω από αυτά τα τρία κατώτερα βασίλεια της ύλης υπάρχουν τα πνευματικά βασίλεια. Το Υπεραιτιατό βασίλειο αποτελείται κυρίως από πνεύμα και καλύπτεται μόνο από ένα λεπτό πέπλο.

Το πέπλο αυτό *(πέπλο της μακαριότητας)* μάς βοηθά να αντιληφθούμε και να επικοινωνήσουμε με το Υπεραιτιατό βασίλειο.

Έχουμε την εμπειρία του βασιλείου του Σατς Καντ, που είναι όλο πνεύμα με καθόλου ύλη, μέσω της ψυχής που έχει απαλλαχθεί από όλα της τα βαρειά καλύμματα. Σε αυτό το βασίλειο, η ψυχή αναγνωρίζει την αληθινή της φύση ως πνεύμα και ως ένα μέρος του Θεού. Εδώ, η παλμική συχνότητα της ψυχής είναι ίδια με αυτή του Θεού και έτσι μπορεί να ταυτιστεί με τον Θεό. Η ψυχή επικοινωνεί απευθείας με τον Θεό. Σε αυτή την κατάσταση αποκτούμε Θεία συνειδητότητα.

Το σύστημα είναι επιστημονικό και λειτουργεί τέλεια. Αν μπορούμε να ταυτιστούμε με την ψυχή μας, μπορούμε να συντονιστούμε για να επικοινωνήσουμε με τον Θεό. Το θέμα είναι «Ποιος είναι ο καταλύτης που μπορεί να ενώσει ξανά τη σπίθα με το Θείο από το οποίο αυτή εκπορεύτηκε;»

γ) ΕΝΑΣ ΚΑΤΑΛΥΤΗΣ ΑΝΑΒΕΙ ΤΗ ΣΠΙΘΑ ΜΑΣ

Ο καταλύτης που ανάβει τη Σπίθα μας, για να συνδεθεί με το Θείο, είναι ένας Θείος Μηχανικός. Τώρα υπάρχουν παράσιτα που παρεμβαίνουν στη σύνδεση μεταξύ της ψυχής και του Θεού. Δεν μπορούμε να επικοινωνήσουμε με τον Θεό, επειδή από μόνοι μας δε γνωρίζουμε πώς να ελαττώσουμε την παρεμβολή, για να ανοίξουμε τη γραμμή της επικοινωνίας. Ακριβώς όπως δεν έχουμε εξασκηθεί να συνδέουμε έναν ραδιοφωνικό σταθμό με ένα ραδιόφωνο ή έναν υπολογιστή με το διαδίκτυο, παρόμοια δεν έχουμε εξασκηθεί να συνδέουμε τη Σπίθα μας με τη Θεότητα. Για να επιτύχουμε τη σύνδεση της ψυχής μας με το Θεό, χρειαζόμαστε εξάσκηση. Χρειάζεται να καλέσουμε κάποιον ο οποίος είναι εκπαιδευμένος στους υπολογιστές, για να μας συνδέσει με το διαδίκτυο. Χρειάζεται να καλέσουμε έναν τεχνικό, για να συνδέσει την τηλεόρασή μας με την καλωδιακή τηλεόραση.

Στον τομέα της πνευματικότητας, αν μπορούσαμε να συνδέσουμε την ψυχή μας με τον Θεό εμείς οι ίδιοι, ο καθένας ήδη θα το είχε κάνει. Όμως, λίγοι άνθρωποι γνωρίζουν πώς να το κάνουν. Για να συνδεθούμε με τον Θεό, χρειαζόμαστε έναν ειδήμονα. Ο ειδήμονας που μπορεί να κάνει εφικτή για μας αυτή τη σύνδεση είναι ένας πνευματικός Διδάσκαλος.

Ένας πνευματικός Διδάσκαλος διδάσκει ένα είδος διαλογισμού, ο οποίος κάνει πολύ περισσότερα από το να μας βοηθάει να νιώθουμε ειρηνικοί και ήρεμοι. Συνδέει την ψυχή μας με τον Θεό. Ο διαλογισμός μάς συνδέει με ένα Ρεύμα Φωτός και Ήχου που εκπορεύεται από τον Θεό, το οποίο ήδη πάλλεται μέσα μας. Εμείς απλώς χρειάζεται να μάθουμε πώς να έλθουμε σε επαφή με Αυτό, για να το δούμε και να το ακούσουμε. Ένας Διδάσκαλος είναι ένας καταλύτης, ο οποίος κάνει αυτό τον Εσωτερικό σύνδεσμο εφικτό για μας. Μας διδάσκει πώς να διαλογιζόμαστε, για να παραμένουμε συντονισμένοι με το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου που μας παίρνει, μέσω της Αστρικής, της Αιτιατής και της Υπεραιτιατής περιοχής, στο Σατς Καντ,

όπου η ψυχή συγχωνεύεται ξανά με τον Θεό.

Ο Θείος Μηχανικός συντονίζει το όργανό μας – την ψυχή μας – για να πραγματοποιήσει την πνευματική επικοινωνία της με το Θεό. Όπως όμως και στην επιστήμη, η διαδικασία πρέπει να γίνει σωστά για να λειτουργήσει. Ακόμη και στον εγκόσμιο τομέα, όταν πάμε σε ένα δάσκαλο, είναι κατανοητό ότι ο δάσκαλος έχει κάτι να προσφέρει στον μαθητή. Μπορεί αυτό να είναι διανοητική γνώση ή επαγγελματική εκπαίδευση. Μπορεί να είναι τεχνικές για να κάνει ένα άθλημα ή να αναπτύξει τις ικανότητές του για να ασκήσει μια τέχνη. Οποιοσδήποτε μαθητής που πηγαίνει σε έναν εκπαιδευτή και ανυπομονεί και είναι έτοιμος να μάθει, θα κερδίσει κάτι. Όμως, αν ένας μαθητής είναι εγωιστής και νομίζει ότι γνωρίζει περισσότερα από τον δάσκαλό του, θα κερδίσει λίγα. Όταν έχουμε τη νοοτροπία ότι δεν έχουμε τίποτα να μάθουμε, αποκλείουμε τον εαυτό μας από το να δεχθεί αυτό που ο δάσκαλος έχει να δώσει. Παραμένουμε τότε στάσιμοι σε ό,τι αφορά τη δική μας ανάπτυξη.

Ο μεγάλος επιστήμονας Ισαάκ Νεύτων μίλησε κάποτε για την απεραντοσύνη της γνώσης. Παρατήρησε ότι εκείνος απλώς μάζευε βότσαλα από την ακροθαλασσιά του χρόνου. Αν ένας τέτοιος διανοητικός γίγαντας, όπως ο Νεύτων, ένιωθε σαν να ήταν ακόμη ένας μαθητής με πολλά ακόμη για να μάθει, τότε πώς μπορεί καθένας, που είναι μικρότερου νοητικού αναστήματος, να νιώθει υπερήφανος για τις γνώσεις του;

Υπάρχει ένα περιστατικό με τον πρώην Πρόεδρο των Ηνωμένων Πολιτειών Τέντυ Ρούσβελτ. Ήταν μεγάλος λάτρης της φύσης. Τα βράδια περνούσε το χρόνο του μιλώντας με ένα φίλο και μετά έκαναν μαζί έναν περίπατο. Μια νύχτα, καθώς πήγαν να περπατήσουν, κοίταξαν επάνω στον έναστρο ουρανό. Πρόσεξαν πόσο απέραντο ήταν το διάστημα και πόσα άστρα υπήρχαν σ' αυτόν. Κοίταξαν με θαυμασμό το Γαλαξία, τη Μεγάλη Άρκτο, τη Μικρή Άρκτο και την απεραντοσύνη του διαστήματος και είχαν τέτοιο δέος, που περπατούσαν σιωπηλά.

Τελικά, ο Τέντυ Ρούσβελτ είπε αυτό που και οι δύο είχαν στο νου τους: «Καλά, νομίζω ότι είμαστε αρκετά μικροί. Ας

ονομάσουμε αυτή μας την ύπαρξη “νύχτα”».

Οι περισσότεροι άνθρωποι δρουν και νιώθουν σαν να γυρίζει ολόκληρο το Σύμπαν γύρω τους. Στην πραγματικότητα, είμαστε ένα μικρό μέρος του Όλου. Όταν “παίρνουν αέρα τα μυαλά μας”, θεωρώντας ότι είμαστε καλύτεροι από τον καθένα, συμπεριλαμβανομένου και του Θεού, δεν μπορούμε να είμαστε ανοικτοί για να μάθουμε και να δεχθούμε. Γινόμαστε μικροί και παγωμένοι, δεν μαθαίνουμε και δεν αναπτυσσόμαστε.

Για να αυξήσουμε τη γνώση, να οξύνουμε τις ικανότητές μας και να καλυτερεύσουμε τις τεχνικές μας σε οποιονδήποτε εγκόσμιο τομέα, χρειάζεται να είμαστε ανοικτοί να δεχθούμε αυτό που ο εκπαιδευτής έχει να δώσει. Αυτή η Αρχή ισχύει εξίσου και στις πνευματικές επιστήμες. Όταν πηγαίνουμε σε έναν πνευματικό Ειδήμονα για να μάθουμε πώς θα πραγματοποιήσουμε τον εαυτό μας και πώς θα πραγματοποιήσουμε τον Θεό, πρέπει να Τον πλησιάσουμε με την προοπτική να μάθουμε. Όμως αυτό που έχει να δώσει ένας Διδάσκαλος είναι μοναδικό. Δεν είναι διαθέσιμο από κανέναν άλλον μέσα σε αυτό τον κόσμο. Από όλους τους άλλους εκπαιδευτές αποκτούμε εξωτερική γνώση, που είναι γνώση του εξωτερικού κόσμου. Από έναν Διδάσκαλο κερδίζουμε Εσωτερική γνώση ή γνώση του Εσωτερικού κόσμου.

Ο Διδάσκαλος είναι ένας καταλύτης που μας συνδέει με τη Θεϊκή Σπίθα. Όταν εκτελούμε ορισμένα επιστημονικά πειράματα, προσθέτουμε έναν καταλύτη για να προκαλέσει μια χημική αντίδραση. Παρόμοια, ο Διδάσκαλος είναι ένας καταλύτης που κάνει δυνατή τη σύνδεση της ψυχής μας με τον Θεό. Η διαδικασία με την οποία κάνει αυτήν τη σύνδεση, για να έχουμε την εμπειρία του Φωτός και του Ήχου του Θεού μέσα μας, ονομάζεται Μύηση. Στη Μύηση ανοίγει το Εσωτερικό μας μάτι, για να δούμε το Φως του Θεού και ανοίγει και το Εσωτερικό μας αυτί, για να ακούσουμε τον Ήχο του Θεού μέσα μας. Μας δίνει μια πνευματική ώθηση, ώστε να αποσύρουμε την προσοχή μας από το σώμα και να την εστιάσουμε στον Μοναδικό Οφθαλμό ή Τρίτο Μάτι, που βρίσκεται μεταξύ και πίσω από τα δύο

φρύδια, για να έχουμε την εμπειρία του Εσωτερικού Φωτός. Απορροφιόαστε στο Φως και γινόμαστε αυτόπτες μάρτυρες Εσωτερικών θεάσεων, όπως αστραπές Φωτός, τελείες Φωτός, Φώτα διαφόρων χρωμάτων και ακόμα ενός Εσωτερικού Ουρανού, Άστρων, μιας Σελήνης και ενός Ήλιου.

Αυτή η ώθηση μας οδηγεί μετά στην Ακτινοβόλο ή Αιθερική μορφή του Διδασκάλου, ο οποίος λειτουργεί ως ο Εσωτερικός μας Οδηγός. Στην παρουσία της Ακτινοβόλου Μορφής ταξιδεύουμε πέρα από το Φυσικό βασίλειο, για να έχουμε την εμπειρία του Αστρικού, του Αιτιατού και του Υπεραιτιατού βασιλείου και τελικά, συγχωνευόμαστε με τον Θεό, στο ανώτατο πνευματικό βασίλειο του Σατς Καντ.

Οι ψυχές έχουν την εμπειρία της ανύψωσης για να ξανασυνδεθούν με τον Θεό με δύο τρόπους: μέσω της ακτινοβολίας ενός Διδασκάλου, η οποία εκπορεύεται από τη φυσική Του παρουσία και δεύτερον, μέσω της φορτισμένης Του προσοχής που μπορεί να μας δίνεται από οποιοδήποτε μέρος του κόσμου, ανεξάρτητα από την απόσταση που βρίσκεται ο Διδάσκαλος. Εκείνοι που είναι δεκτικοί, δέχονται την πλήρη Χάρη της Θειότητας, είτε είναι στην παρουσία Του είτε όχι. Η πνευματική ώθηση, είτε από τη φυσική Του παρουσία όταν είμαστε στην συντροφιά Του, είτε από τη φορτισμένη Του προσοχή που δεχόμαστε ακόμα και στο διαλογισμό, μάς βοηθά να απολαύσουμε Εσωτερικές εμπειρίες. Όσο πιο άδειοι είμαστε από παρεισφρέουσες σκέψεις στη διάρκεια του διαλογισμού μας, τόσο μεγαλύτερο είναι το όφελος που δεχόμαστε από έναν Διδάσκαλο, επειδή είμαστε ανοιχτοί να δεχτούμε την πνευματική του ακτινοβολία.

Μπορούμε να δεχθούμε την πνευματική ώθηση από τον Διδάσκαλο μέσω των ματιών Του. Αυτή η ματιά καλείται "*ντάρσαν*" του Διδασκάλου. Είναι τόσο δυνατή, που μπορεί να ανυψώσει την ψυχή μας στο Τρίτο Μάτι, για να συνδεθεί με το Φως και τον Ήχο μέσα μας. Η ματιά της Χάρης δίνει περισσότερη μακαριότητα από τα παραισθησιογόνα που προκαλούν μέθη και τα αλκοολούχα ποτά και δεν έχει βλαβερές παρενέρ-

γειες στο σώμα μας, στο νου και την κοινωνία ή στις σχέσεις μας. Οι υλικές μεθυστικές ουσίες μπορεί να μας κάνουν να ξεχάσουμε πρόσκαιρα τους πόνους μας, αλλά όταν η επίδρασή τους περάσει, χρειαζόμαστε μια άλλη δόση. Η πνευματική μέθη μιας ματιάς Χάρης μάς εξυψώνει αμέσως και μας πηγαίνει σε μια κατάσταση ανώτερης συνειδητότητας, από οπουδήποτε μπορούμε να φτάσουμε μέσα σε αυτό τον κόσμο. Μας πηγαίνει σε μια κατάσταση μακαριότητας πιο έντονης από οποιαδήποτε μέσα σε αυτό το Φυσικό βασίλειο.

Μέσω της φορτισμένης Του προσοχής, μπορούμε να δεχθούμε εκείνη τη ματιά απευθείας, είτε στην παρουσία Του είτε στη διάρκεια του διαλογισμού, ακόμη και όταν είμαστε δεκάδες χιλιάδες μιλιά μακριά από Εκείνον, καθώς αυτή η ματιά δεν εκπορεύεται από τη φυσική Μορφή του Διδασκάλου. Η φόρτιση έρχεται από τη Θεότητα μέσω του καταλύτη του Διδασκάλου. Η ομορφιά αυτής της ματιάς είναι ότι αυτή παραμένει μαζί μας. Είναι δωρεάν και γίνεται εφικτό να τη λάβουμε οποτεδήποτε εσωστρεφόμαστε στη διάρκεια του διαλογισμού.

Ο Διδάσκαλος δεν είναι το φυσικό σώμα, αλλά ένας καταλύτης μέσω του οποίου το Θείο μπορεί να ρέει προς εμάς. Αυτή η ροή ακτινοβολεί Θεία Αγάπη. Μπορούμε να έχουμε την εμπειρία αυτής της Δύναμης της Θείας Αγάπης, όταν στρέφουμε την προσοχή μας από τον κόσμο, στο κανάλι του Θεού μέσα μας. Ο Διδάσκαλος είναι αυτός ο Θείος Μηχανικός, ο οποίος μέσω μιας ματιάς Χάρης μας βοηθά να αλλάξουμε το κανάλι μας από τον εξωτερικό κόσμο προς τον Θεό μέσα μας. Από μόνοι μας, είμαστε συντονισμένοι έξω. Αν είμαστε ανοιχτοί να δεχθούμε την πνευματική ακτινοβολία και τη ματιά Χάρης του Διδασκάλου, θα συντονιστούμε με το κανάλι του Θεού.

Μέσω της Μύησης από έναν πνευματικό Διδάσκαλο, η Θεϊκή Σπίθα ανάβει, ώστε μέσω του διαλογισμού στο Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου να ταξιδεύουμε μέσα σε ανώτερα πνευματικά βασίλεια, μέχρι η ψυχή μας να ξανασυνδεθεί με τον Θεό.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Σκεφθείτε πώς οι δάσκαλοι ή οι προπονητές σάς έχουν βοηθήσει σε διάφορους τομείς της γήινής σας ζωής. Στοχαστείτε εάν είστε έτοιμοι να ωφεληθείτε, σε περίπτωση που θα είχατε έναν πνευματικό Διδάσκαλο.

ΜΕΡΟΣ ΙΙ

ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ

ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΗ ΦΛΟΓΑ ΝΑ ΚΑΙΕΙ ΖΩΗΡΑ

Από τη στιγμή που ανάψει μια φωτιά, χρειάζεται να συντηρείται για να συνεχίσει να καίει ζωηρά. Πρέπει κάποιος να τη φροντίζει και να την προστατεύει, ώστε να την προλάβει όταν πάει να σβήσει. Παρόμοια, από τη στιγμή που ο πνευματικός μας σπινθήρας έχει ανάψει, χρειάζεται τη φροντίδα μας. Απαιτεί προσοχή και συντήρηση, καθώς πολλές δυνάμεις μπορούν να τραβήξουν τη συγκέντρωσή μας από το να διατηρούμε την πνευματική μας φλόγα αναμμένη. Βοηθητικοί παράγοντες για να διατηρήσουμε τη σπίθα αναμμένη, ώστε να μπορέσουμε να ενώσουμε αποτελεσματικά την ψυχή μας με την αιώνια Φλόγα του Θείου, είναι η ηθική διαβίωση, η χορτοφαγική διατροφή, η ανιδιοτελής προσφορά και η πνευματική ανάταση.

Όταν ένα αναμμένο κερί τοποθετηθεί μέσα σε μια γυάλινη λάμπα, εάν το γυαλί δεν είναι καθαρό, το κερί δεν μπορεί να φωτίσει προς τα έξω με όλη του τη λαμπρότητα. Όταν ανάβουμε μια λάμπα, εάν η σκόνη δεν έχει απομακρυνθεί από τον λαμπτήρα, το φως θα φαίνεται αδύνατο. Παρόμοια, ο σπινθήρας του φωτός μέσα μας χρειάζεται να διατηρείται απαλλαγμένος από τα στρώματα της σκόνης και της βρομιάς που μπορούν να τον καλύπτουν.

Τι είναι αυτό που λερώνει το γυαλί; Από τότε που η ψυχή άρχισε το ταξίδι της, η σκόνη και η βρομιά των αρνητικών μας σκέψεων, λόγων και πράξεων έχουν συσσωρευτεί και έχουν αποδυναμώσει το φως της.

Το να ακολουθούμε το Πνευματικό Μονοπάτι είναι μια δι-

αδικασία για την επανένωση της ψυχής μας με τον Θεό. Παρόλο που η ψυχή και ο Θεός είναι ήδη ένα και το αυτό, εμείς δεν μπορούμε να αναγνωρίσουμε αυτή την ένωση. Η κατάσταση είναι σαν δύο συζύγους που μοιράζονται το ίδιο κρεβάτι, αλλά δεν μπορούν να δουν ο ένας τον άλλο. Παρόμοια, αν και η ψυχή μας και ο Θεός κατοικούν και οι δύο μέσα μας, η ψυχή μας δεν μπορεί να δει τον Θεό. Γιατί; Ο Εσωτερικός μας χώρος είναι κατειλημμένος από ακαταστασίες και βρομιές. Εάν μπορούσαμε να καθαρίσουμε το χώρο, θα βλέπαμε ότι ο Θεός είναι ήδη μέσα μας. Ο διαλογισμός και η ηθική διαβίωση οδηγούν στο καθάρισμα του χώρου της καρδιάς μας.

ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΟ ΓΥΑΛΙ ΚΑΘΑΡΟ

Υπάρχουν απλά βήματα που μπορούμε να κάνουμε για να διατηρήσουμε το κάλυμμα γύρω από την ψυχή μας καθαρό. Ένας πνευματικός Διδάσκαλος δίνει το μυστικό για την επιτυχία στην πορεία μας στο Πνευματικό Μονοπάτι. Πρώτον, πρέπει να διαλογιζόμαστε. Δεύτερον, η ηθική διαβίωση θα μας προστατεύει από τη συσσώρευση στρωμάτων βρομιάς που παρεμποδίζουν το λαμπερό φως της ψυχής μας. Γι᾽ αυτό, ο Διδάσκαλος μας δίνει να συμπληρώνουμε ένα ημερολόγιο ενδοσκόπησης, για να μας βοηθήσει να εξαλείψουμε τα εμπόδια και η φλόγα της ψυχής μας να μπορεί να λάμπει ζωηρά.

Ο Άγιος Τούλσι Σαχίμπ της Ινδίας έγραψε ένα όμορφο στίχο, περιγράφοντας πώς να διατηρούμε την ψυχή μας απαλλαγμένη από την βρομιά. Αυτός ο στίχος, ο οποίος περικλείει την ουσία της επιτυχίας στο Πνευματικό Μονοπάτι, λέει:

«Καθάρισε το δωμάτιο της καρδιάς σου
για να έρθει ο Αγαπημένος.
Απομάκρυνε την προσοχή σου από τους άλλους
και κατεύθυνέ την στον Αγαπημένο».

Τι είναι συσσωρευμένο στο χώρο της καρδιάς μας; Διάφορα εμπόδια εμποδίζουν την όρασή μας για να δούμε το, Θεό.

Πρώτον, φορτία βρομιάς έχουν συγκεντρωθεί από συσσωρευμένο κάρμα αιώνων. Δεύτερον, αρνητικές πράξεις, λόγια και σκέψεις στροβιλίζονται μέσα μας. Τρίτον, οι επιθυμίες κρατούν την προσοχή μας εστραμμένη σε εγκόσμιες δραστηριότητες και όχι στον Θεό.

Η ΟΡΑΣΗ ΕΜΠΟΔΙΖΕΤΑΙ ΑΠΟ ΠΑΛΙΟ ΚΑΡΜΑ

Το πρώτο εμπόδιο στο να κρατήσουμε την όρασή μας καθαρή είναι το παλιό μας κάρμα. Πρέπει να τελειώσουμε με το παλιό μας κάρμα, για να ξαναενωθεί η ψυχή μας με τον Θεό. Σε κάθε ζωή, εμπλεκόμαστε σε σκέψεις, λόγια, και πράξεις για τις οποίες είμαστε υπόλογοι. Κάποιες είναι καλές και κάποιες είναι αρνητικές. Αυτές έχουν σαν αποτέλεσμα αντιδράσεις – είτε ανταμοιβή για καλές σκέψεις, λόγια, και πράξεις, είτε ανεπιθύμητες συνέπεις για κακές σκέψεις, λόγια, και πράξεις. Αυτά τα καρμικά χρέη πρέπει να πληρωθούν. Εάν δεν ξεπληρωθούν μέχρι το τέλος της ζωής μας, το υπόλοιπο κάρμα πηγαίνει σε μια αποθήκη. Από αυτή την αποθήκη, που ονομάζεται αποθήκη του “Σαντσίτ κάρμα”, ένα μέρος της καθορίζεται ως το κάρμα που θα πρέπει να πληρωθεί σε μια συγκεκριμένη μελλοντική ζωή. Αυτό το προορισμένο για μια συγκεκριμένη ζωή είναι η “μοίρα” μας ή “πεπρωμένο κάρμα” ή “πραλάμπντ κάρμα”. Το κάρμα αυτό θα καθορίσει τα γεγονότα αυτής της συγκεκριμένης ζωής.

Όμως, ενόσω ξεπληρώνουμε παλιό κάρμα, συγχρόνως συσσωρεύουμε καθημερινά και νέο κάρμα, το λεγόμενο “Κριγιαμάν κάρμα”. Αυτό προστίθεται στον οφειλόμενο καρμικό μας λογαριασμό μας.

Έτσι, σήμερα, ο χώρος μας είναι καταλυμένος με “Πραλάμπτα κάρμα”, που είναι ένα μέρος του “Σαντσίτ κάρμα”, και ακόμα από το καινούριο μας “Κριγιαμάν κάρμα”. Για να μπορέσουμε να δούμε τον Θεό μέσα στο χώρο της καρδιάς μας, αυτά τα καρμικά χρέη πρέπει να ξεκαθαριστούν.

ΟΡΑΣΗ ΠΟΥ ΕΜΠΟΔΙΖΕΤΑΙ ΑΠΟ ΣΚΕΨΕΙΣ, ΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΕΙΣ

Το δεύτερο εμπόδιο για να κρατήσουμε την όρασή μας καθαρή είναι το ότι εστιάζουμε την προσοχή μας διαρκώς σε σκέψεις, λόγια, και πράξεις. Καλές ή κακές, αυτές απασχολούν διαρκώς την προσοχή μας. Όμως, μπορούμε να δούμε τον Θεό, μόνον όταν το γυαλί είναι καθαρισμένο από όλες τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις. Μέχρι να τις εξαλείψουμε, βλέπουμε μόνο τα στρώματα που καλύπτουν το φως. Υπάρχουν τόσο πολλές από αυτές τις σκέψεις, που είναι πολύ δύσκολο να εστιαστούμε στον Θεό. Ο τρόπος για να καθαρίσουμε το γυαλί που καλύπτει την ψυχή μας είναι να εξαλείψουμε τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις που μας εμποδίζουν να δούμε τον Θεό.

Η ζωή είναι δύσκολη. Πολλές καταστάσεις μας αναστατώνουν και διερωτόμαστε πώς μπορούμε να παραμένουμε ηθικοί μπροστά σ' αυτές τις καθημερινές προκλήσεις. Πρέπει να επιλέξουμε το πώς θα διαχειριστούμε αυτές τις καταστάσεις. Κάθε στιγμή βρισκόμαστε αντιμέτωποι με επιλογές ανάμεσα στο σωστό και το λάθος. Για παράδειγμα, είμαστε περιτριγυρισμένοι από ανθρώπους στο σπίτι μας, στη δουλειά και στην κοινωνία. Οποτεδήποτε εμπλέκονται άλλοι άνθρωποι, είναι βέβαιο ότι θα υπάρξουν προβλήματα, καθώς οι άλλοι κάνουν πράγματα με τα οποία διαφωνούμε. Καθένας προσπαθεί να ζήσει τη ζωή του με τον τρόπο του και μερικές φορές υπάρχουν διαφωνίες ανάμεσα στο τι θέλουν οι άλλοι και στο τι θέλουμε εμείς. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να είναι βίαιοι και άλλοι μπορεί να είναι ανειλικρινείς. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να είναι άπληστοι και εγωιστές, ενώ άλλοι μπορεί να προσπαθούν να μας εκμεταλλευτούν. Καθώς βαδίζουμε πάνω στο μονοπάτι της ζωής, αντιμετωπίζουμε ανθρώπους όλων των ειδών. Βαδίζοντας στο Πνευματικό Μονοπάτι είναι σαν να βαδίζουμε στην κόψη του ξυραφιού, γιατί έχουμε να αντιμετωπίσουμε όλες αυτές τις δύσκολες καταστάσεις και συγχρόνως, χρειάζεται να διατηρούμε τις πνευματικές μας αξίες και αρχές.

Κατά μήκος του δρόμου, υπάρχουν πολλές παγίδες μέσα στις οποίες μπορεί κανείς να πέσει. Αν και το Πνευματικό Μονοπάτι είναι ίσιο και στενό, εάν ακολουθηθεί σωστά, οδηγεί κατευθείαν στην Αυτογνωσία και την Θεογνωσία.

Σχετικά με αυτό υπάρχει μια ιστορία για ένα καλό και ευσπλαχνικό άνθρωπο. Καθότανε στην όχθη ενός ποταμού, όταν διέκρινε ένα σκορπιό να παρασύρεται από τα ορμητικά νερά. Ο άνθρωπος ήταν καλόκαρδος και ευσπλαχνικός και σκέφθηκε: «Αυτός ο καημένος ο σκορπιός παλεύει μέσα στο νερό. Εάν δεν τον βοηθήσω, θα πνιγεί». Ο άνθρωπος βούτηξε μέσα στο νερό προς την κατεύθυνση του σκορπιού και άρπαξε το πλασματάκι, για να του σώσει τη ζωή.

Ενώ ο άνθρωπος κρατούσε το σκορπιό ασφαλή στο χέρι του, ο σκορπιός τον τσίμπησε. Ο άνθρωπος ξεφώνησε και ως φυσική αντίδραση τράβηξε το χέρι του πίσω. Το χέρι του άνοιξε και ο σκορπιός έπεσε ξανά μέσα στο ορμητικό ποτάμι. Καθώς ο σκορπιός παρασυρότανε και πάλι από το ρεύμα, ο άνθρωπος ξέχασε τον πόνο του και σκέφθηκε πως ο καημένος ο σκορπιός θα πνιγότανε. Κολύμπησε ξανά μέσα στο ποτάμι προς τον σκορπιό, για να τον σώσει από τον πνιγμό. Έφθασε ξανά τον σκορπιό, τον έπιασε και προσπάθησε να τον μεταφέρει με ασφάλεια στην όχθη. Ξανά, ο σκορπιός του τσίμπησε το χέρι. Από αντίδραση, ο άνθρωπος ξεφώνησε, τράβηξε το χέρι του και ο σκορπιός κατέληξε πάλι μέσα στο ποτάμι.

Ο άνθρωπος του φώναξε: «Εγώ μόλις σε έσωσα δύο φορές από πνιγμό. Γιατί εσύ συνεχίζεις να με τσιμπάς;»

Ο σκορπιός είπε: «Σε τσίμπησα, γιατί αυτό είναι που κάνουνε οι σκορπιοί. Είναι η φύση μου τέτοια». Ο άνθρωπος πονούσε και αισθανόταν άσχημα που είχε τσιμπηθεί, αλλά ακόμη στενοχωριόταν για τη δύσκολη θέση που βρισκόταν ο σκορπιός και ήθελε να τον σώσει ξανά.

Ο σκορπιός ανταπάντησε στον άνθρωπο: «Αφού ξέρεις ότι θα συνεχίσω να σε τσιμπάω, γιατί εσύ εξακολουθείς να προσπαθείς να με σώσεις;»

Ο άνθρωπος απάντησε στον σκορπιό: «Επειδή είμαι ένας

καλός άνθρωπος που αισθάνομαι συμπόνια για τους άλλους και σε έχω συγχωρέσει και αυτό είναι που κάνουν οι καλοί άνθρωποι!»

Για αυτούς που βρίσκονται στο Πνευματικό Μονοπάτι, αυτή η ιστορία έχει ένα ισχυρό μήνυμα. Μερικοί άνθρωποι είναι ακόμη σκλάβοι στα πάθη τους. Δεν προσπαθούν να βελτιωθούν αναπτύσσοντας ηθικές αρετές. Μπορεί να πληγώνουν τους άλλους ή να είναι ανειλικρινείς, φαντασμένοι ή εγωιστές. Δεν έχουν ακόμη καταλάβει την αξία της ηθικής διαβίωσης και του εξαγνισμού του εαυτού τους ώστε να κάνουν βήματα προς την κατεύθυνση του Θεού. Όσο δεν βαδίζουν στο Πνευματικό Μονοπάτι, αγνοούν τις συνέπειες που έχει ένας ανήθικος τρόπος ζωής. Κάθε μέρα συναντάμε τέτοιους ανθρώπους. Δεν βλέπουν το λόγο να αλλάξουν τους τρόπους τους και συνεχίζουν να κάνουν πράγματα που βλάπτουν και τους ίδιους και τους άλλους.

Αντίθετα, εμείς που βαδίζουμε στο Πνευματικό Μονοπάτι προσπαθούμε να τελειοποιήσουμε τον ηθικό τρόπο διαβίωσής μας. Προσπαθούμε να είμαστε ειρηνικοί, ειλικρινείς, αγνοί, ταπεινοί και ανιδιοτελείς. Η πρόκλησή μας είναι να ενεργούμε με τρόπο ενάρετο, ακόμη και όταν αντιμετωπίζουμε ανθρώπους που μας πληγώνουν, όπως οι σκορπιοί. Πρέπει να είμαστε σαν τον άνθρωπο στην ιστορία, που συνέχιζε να κάνει καλό ανεξάρτητα από το πώς του συμπεριφέρονταν οι άλλοι. Αυτή η ιστορία μας προτρέπει ανεξάρτητα από το πόσο άσχημα μπορεί να ενεργούν οι άλλοι άνθρωποι, εμείς να μπορούμε να επιλέξουμε να παραμένουμε καλοί.

Είναι δύσκολο να παραμένει κανείς ειρηνικός μπροστά στη βία. Είναι δύσκολο να παραμένει κανείς ειλικρινής μπροστά στην ανειλικρίνεια. Είναι δύσκολο να παραμένει κανείς ταπεινός μπροστά στον εγωισμό. Είναι δύσκολο να παραμένει κανείς ανιδιοτελής μπροστά στην ιδιοτέλεια. Είναι δύσκολο να παραμένει κανείς αγνός μπροστά στην ανηθικότητα. Κάθε μέρα βρισκόμαστε αντιμέτωποι με προκλήσεις. Θέλουμε να είμαστε χορτοφάγοι και να αποφεύγουμε ναρκωτικά και αλκοόλ,

αλλά μη χορτοφαγικές τροφές, ναρκωτικά και αλκοόλ κατακλύζουν την σύγχρονη κοινωνία. Θέλουμε να διαλογιστούμε, αλλά υπάρχουν πολυάριθμα εμπόδια και αποσπάσεις που μας εμποδίζουν να το κάνουμε. Η πρόκληση στο Πνευματικό Μονοπάτι είναι να διαλέξουμε αυτό που είναι καλό ανάμεσα σε επιλογές που είναι κακές για εμάς.

Πρέπει να είμαστε σαν ένα δέντρο που μπορεί να ριζώνει βαθιά μέσα στο έδαφος, ανεξάρτητα από τα διάφορα στοιχεία γύρω του. Όταν ένα δενδράκι φυτεύεται, ένας μικρός φράχτης ή ξύλινοι πάσσαλοι τοποθετούνται γύρω του, για να το προστατεύσουν από τα ζώα ή τον αέρα που θα μπορούσαν να το ρίξουν κάτω. Χρειαζόμαστε ένα μικρό προστατευτικό φράχτη γύρω μας, ώστε το μπουμπούκι της πνευματικής μας ανάπτυξης να μπορέσει να ανθίσει. Με αυτό τον τρόπο, δε θα το ρίξουν κάτω οι άνεμοι που μας αποτρέπουν από το στόχο μας. Μέσα σ᾽ αυτό το φράχτη, πρέπει να τρεφόμαστε με τα θρεπτικά συστατικά του διαλογισμού και της ηθικής διαβίωσης. Θα πρέπει να μένουμε εστιασμένοι σε αυτές τις δραστηριότητες, ώστε κανένα εξωτερικό στοιχείο να μην μπορεί να μας εμποδίσει να αναπτυχθούμε πνευματικά. Έτσι, μπορούμε να παραμείνουμε ασφαλείς από το να πέσουμε θύματα αρνητικών επιδράσεων. Ακόμα και αν οι άλλοι προσπαθούν να μας αποτρέψουν από το να είμαστε ειρηνικοί, ειλικρινείς, αγνοί, ταπεινοί και ανιδιοτελείς ή προσπαθούν να μας αποσπάσουν από τους διαλογισμούς μας, θα πρέπει να παραμένουμε σταθεροί. Ανεξάρτητα από το πόσες φορές οι άλλοι θα μας πληγώνουν, όπως έκανε ο σκορπιός στην ιστορία, θα πρέπει να συνεχίζουμε να είμαστε οι καλοί, ευσπλαχνικοί άνθρωποι που είμαστε. Ακριβώς όπως ο άνθρωπος συγχώρεσε τον σκορπιό και συνέχισε να είναι ένας καλός άνθρωπος, θα πρέπει να συνεχίσουμε να διατηρούμε τις ηθικές μας αρχές ανεξάρτητα από το τι μας συμβαίνει.

Ο Θεός βλέπει όλα όσα εμείς και οι άλλοι κάνουν. Όλα είναι σημειωμένα στους καρμικούς μας λογαριασμούς. Γιατί να καθυστερούμε την πρόοδό μας και να αυξάνουμε το κάρμα μας με σκέψεις, λόγια και πράξεις εξαιτίας του τι οι άλλοι έχουν

κάνει; Ανεξάρτητα από το τι συμβαίνει, δεν πρέπει να εγκαταλείπουμε την καλοσύνη μας.

Αποτυχίες στην τήρηση οποιασδήποτε αρετής μπορούν να λερώσουν το γυαλί μας. Για παράδειγμα, θυμός και βία πρέπει να εξαλειφθούν. Θυμός είναι συνήθως προς ένα άλλο πρόσωπο. Όταν θυμώνουμε, θυμόμαστε αυτό το πρόσωπο και τι αυτός ή αυτή έκανε ή είπε. Ξανασκεφτόμαστε τι έγινε μεταξύ μας. Ξαναπαίζουμε το σενάριο, σαν να ξαναπαίζαμε μια ταινία. Μπορούμε ακόμη να επινοήσουμε σενάρια σχετικά με το πώς να εκδικηθούμε αυτό το πρόσωπο. Μπορούμε να προγραμματίζουμε μελλοντικά λόγια ή πράξεις για το πώς να αναζητήσουμε εκδίκηση. Πώς μπορεί ο θεϊκός Αγαπημένος να αποκαλυφθεί σε μας, όταν είμαστε γεμάτοι με αρνητικές σκέψεις για ένα άλλο πρόσωπο; Προτού μας αποκαλυφθεί ο Αγαπημένος, θα πρέπει να σταματήσουμε να σκεφτόμαστε τους άλλους ανθρώπους για το τι κακό μας έχουν κάνει.

Για να σταματήσουμε να σκεφτόμαστε αυτούς που μας πλήγωσαν, πρέπει να παραιτηθούμε από το θυμό. Για να καθαρίσουμε το νου μας από το θυμό, μπορούμε να αναρωτηθούμε: «Θέλω να ξοδεύω τον καιρό μου, αντιδρώντας θυμωμένα προς το άλλο πρόσωπο με σκέψεις, λόγια, και πράξεις ή προτιμώ να έχω την εμπειρία του Αγαπημένου μου;» Όταν αποκτήσουμε πνευματική σοφία, αποφασίζουμε και λέμε: «Δε θέλω να σπαταλάω τον καιρό μου με σκέψεις θυμού για τους άλλους. Θέλω να ανοίξω τον εαυτό μου, για να μπει ο Αγαπημένος στο δωμάτιο της καρδιάς μου». Κάνοντας αυτό, δεν ασχολούμαστε πλέον με σκέψεις θυμού, γιατί είμαστε απασχολημένοι με τις σκέψεις του Αγαπημένου μας.

Η βία συμπεριλαμβάνει το να κάνει κάποιος κακό σε άλλους ανθρώπους ή ζώα. Ο Θεός είναι μέσα σε κάθε ζωντανό πλάσμα, είτε είναι ζώο, πουλί, ψάρι, ερπετό ή έντομο. Ζωή μη βίας σημαίνει να μην αφαιρεί κανείς τη ζωή από κανένα πλάσμα. Για μια ζωή χωρίς βία, ένα προαπαιτούμενο για αυτούς που ζητάνε μύηση στο Εσωτερικό Φως και Ήχο είναι να τηρούν μια αυστηρή χορτοφαγική διατροφή, στην οποία κρέας,

ψάρι, πουλερικά και αυγά αποκλείονται. Μια χορτοφαγική διατροφή είναι αυτή κατά την οποία τρεφόμαστε με χορταρικά, όπως λαχανικά, φρούτα, δημητριακά, καρποί, σπόροι, φασόλια και γενικά όσπρια. Μπορεί, επίσης, να περιλαμβάνει γάλα και γαλακτοκομικά προϊόντα. Στην αρχαία Ινδία, το άρμεγμα της αγελάδας ήταν μια φυσιολογική διαδικασία που δεν έβλαπτε την αγελάδα, έτσι τα γαλακτοκομικά προϊόντα επιτρέπονταν από τους αγίους για αυτούς που ήθελαν να μυηθούν στο Πνευματικό Μονοπάτι.

Μετά, πρέπει να εξαλείψουμε την απληστία. Το να είμαστε άπληστοι σημαίνει ότι θέλουμε να κερδίζουμε όλο και περισσότερα υλικά αποκτήματα. Σημαίνει, επίσης, κτητικότητα, που είναι μια βάση προκειμένου να ελέγχουμε τους άλλους και να τους λέμε τι να σκεφθούν, τι να πουν, και τι να κάνουν. Πώς μπορεί να χωρέσει ο Αγαπημένος, όταν είμαστε γεμάτοι από απληστία; Ο Αγαπημένος προσπαθεί να μπει στο σπίτι μας, αλλά αυτό είναι φορτωμένο με διάφορα πράγματα· είτε είμαστε απασχολημένοι με σκέψεις, για να συσσωρεύσουμε περισσότερο πλούτο, πολυτέλειες και κοσμήματα, είτε είμαστε απασχολημένοι σκεπτόμενοι τρόπους, για να κάνουμε άλλους ανθρώπους να μας δώσουν αυτά που θέλουμε. Αν δεν απαλλαχθούμε από σκέψεις απληστίας, ο Αγαπημένος δε θα έχει χώρο να μπει μέσα μας.

Πρέπει, επίσης, να απαλλαχθούμε από τη λαγνεία. Η λαγνεία και η αγάπη είναι δύο διαφορετικά πράγματα. Αγάπη είναι η συνάντηση ανάμεσα σε δύο καρδιές. Ανταλλάσουμε την αγάπη από ματιά σε ματιά, από καρδιά σε καρδιά και από ψυχή σε ψυχή. Αγάπη είναι η συγχώνευση της Εσωτερικής ουσίας δύο ψυχών. Αγάπη είναι όταν οι δύο γίνονται ένα. Είναι μια αμοιβαία σχέση στην οποία δύο ψυχές εκφράζουν αγάπη, στοργή, φροντίδα και εκτίμηση η μία για την άλλη. Η λαγνεία βλέπει τους άλλους σαν αντικείμενα προς χρήση για ίδιο όφελος. Εάν είναι αυτό στο οποίο βρίσκεται η προσοχή μας, τότε πώς μπορεί ο Αγαπημένος, που είναι πνεύμα, να αισθάνεται άνετα μέσα μας, όταν το μυαλό μας είναι γεμάτο λαγνεία για

κάτι ή για κάποιον ή κάποια αυτού του κόσμου; Η προσοχή μας τότε δεν είναι στον Αγαπημένο, αλλά σε ένα άτομο αυτού του κόσμου. Οι Διδάσκαλοι περιγράφουν πώς η λαγνεία τραβάει την προσοχή μας προς τον κόσμο. Εάν θέλουμε η προσοχή μας να κινηθεί προς τον Θεό, τότε θα πρέπει να αντικαταστήσουμε τη λαγνεία με την αγάπη και η υψηλότερη μορφή αγάπης είναι η αγάπη προς το Θείο.

Πρέπει, επίσης, να καθαρίσουμε το γυαλί μας, που σημαίνει τις προσκολλήσεις μας. Οποιεσδήποτε σκέψεις προσκόλλησης προς οτιδήποτε ή οποιονδήποτε αυτού του κόσμου θα κρατήσουν μακριά τον Αγαπημένο μας. Ο Αγαπημένος θέλει να τον γνωρίσουμε, αλλά πώς μπορεί αυτό να συμβεί όταν η καρδιά και το μυαλό μας είναι φορτωμένα με σκέψεις και προσκολλήσεις προς τα υπάρχοντά μας και προς άλλους ανθρώπους; Πρέπει να περιορίσουμε τις προσκολλήσεις μας και στη συνέχεια, να απαλλαχθούμε από αυτές. Όταν καταλάβουμε ότι όλα αυτά στα οποία είμαστε προσκολλημένοι είναι παροδικά και μια μέρα θα τα χάσουμε, τότε θα χαλαρώσουμε την προσκόλλησή μας σε αυτά. Εάν είμαστε προσκολλημένοι σε πλούτη ή αποκτήματα, πρέπει να καταλάβουμε ότι θα μπορούσαμε να τα χάσουμε μέσα σε μια στιγμή, λόγω μιας καταστροφής, είτε από οικονομική απώλεια είτε από φυσική θεομηνία. Εάν είμαστε προσκολλημένοι σε ανθρώπους, πρέπει να καταλάβουμε ότι μια μέρα θα μας εγκαταλείψουν ή θα πεθάνουν ή εμείς θα πεθάνουμε. Οι σχέσεις αυτού του κόσμου δεν έχουν διάρκεια. Αν αντιθέτως προσκολληθούμε στο Θείο, που είναι αιώνιο, θα γλυτώσουμε από τους πόνους της απώλειας, όταν χάνουμε τα αντικείμενα των εγκόσμιων προσκολλήσεών μας. Εφόσον απαλλαχθούμε από τις εγκόσμιες προσκολλήσεις, μας, μόνο τότε μπορούμε να γνωρίσουμε τον Αγαπημένο.

Η μεγαλύτερη δυσκολία απ' όλες είναι να καθαρίσει κανείς από το εγώ του. Από το εγώ είναι τόσο δύσκολο να απαλλαχθεί κανείς, που ακόμη και γιόγκι που διαλογίζονταν στη ζούγκλα για χρόνια, δυσκολεύονται να το αποχωριστούν. Όταν είμαστε γεμάτοι με εγώ, είμαστε γεμάτοι με σκέψεις του εαυτού μας.

Συγκρίνουμε τους εαυτούς μας με τους άλλους. Όταν είμαστε εγωιστές, αισθανόμαστε ότι είμαστε καλύτεροι από τον κάθε άλλο.

Το εγώ είναι πονηρό. Μπορεί να είμαστε θύματα υπερηφάνειας αναφορικά με δύναμη, πλούτο ή γνώση. Υπεροψία δύναμης ή θέσης σημαίνει ότι σκεφτόμαστε ότι είμαστε ισχυρότεροι από άλλους. Αυτό αντανακλάται στα λόγια και στις πράξεις μας, όπου αισθανόμαστε ότι είμαστε τα μεγάλα αφεντικά και οι άλλοι πρέπει να μας υπηρετούν. Το εγώ μας κάνει να λέμε σε όλους τι να κάνουν.

Υπερηφάνεια πλούτου σημαίνει να αισθανόμαστε πως δικαιούμαστε καθετί που θέλουμε και όλοι οι άλλοι πρέπει να εκτελούν τις διαταγές μας. Αισθανόμαστε ότι επειδή έχουμε περισσότερα χρήματα, οι άλλοι πρέπει να είναι υποταγμένοι σε εμάς. Αισθανόμαστε σπουδαίοι, επειδή είμαστε πλούσιοι.

Υπερηφάνεια γνώσης σημαίνει να αισθανόμαστε νοητικά ανώτεροι από κάθε άλλον. Αισθανόμαστε ότι είμαστε έξυπνοι και ότι όλοι οι άλλοι δεν είναι τόσο έξυπνοι. Αισθανόμαστε ότι οι ιδέες μας είναι καλύτερες από κάθε άλλου. Μπορεί να είναι γεγονός ότι κάποιος έχει έναν υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης. Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι δεν έχουμε όλοι το ίδιο επίπεδο εξωτερικής ευφυίας. Ο κίνδυνος προκύπτει όταν γινόμαστε αλαζόνες γι᾽ αυτό. Εάν υποτιμούμε τους άλλους ή ενεργούμε υπεροπτικά, τότε ξοδεύουμε χρόνο, σκεπτόμενοι πόσο έξυπνοι είμαστε σε σύγκριση με τους άλλους. Πώς μπορούμε να γνωρίσουμε τον Αγαπημένο, όταν είμαστε γεμάτοι με σκέψεις για τον εαυτό μας;

Υπήρχε ένας μαθητής ο οποίος ήθελε να επισκεφθεί το σπίτι του δασκάλου του που ήταν Σούφι. Ο μαθητής πήγε στο σπίτι και χτύπησε την πόρτα.

Ο δάσκαλος ρώτησε: «Ποιος είναι;» Ο μαθητής είπε: «Είμαι εγώ». Ο μαθητής περίμενε και περίμενε, αλλά ο δάσκαλος δεν απαντούσε. Ο δάσκαλος δεν τον κάλεσε μέσα, ούτε άνοιξε την πόρτα. Ο μαθητής συνέχισε να χτυπάει και κάθε φορά που ο δάσκαλος ρωτούσε ποιος είναι, ο μαθητής απαντούσε: «Είμαι

εγώ». Ο δάσκαλος δεν του άνοιξε ποτέ την πόρτα.

Ο μαθητής έφυγε αποθαρρυμένος, διερωτώμενος τι συνέβαινε. Στο δρόμο συνάντησε έναν άλλο μαθητή και του είπε τι έγινε: «Χτυπούσα την πόρτα στο σπίτι του δασκάλου και όταν ρώτησε ποιος είναι, του είπα ότι ήμουν εγώ. Εκείνος δεν άνοιξε την πόρτα».

Ο άλλος μαθητής είπε: «Ας πάμε πίσω. Άφησέ με να προσπαθήσω και να δούμε τι θα γίνει». Ο άλλος μαθητής ήταν ένας αληθινός λάτρης. Σκεφτότανε μόνο το δάσκαλό του. Τον σκεφτότανε μέρα και νύχτα.

Όταν έφθασαν στο σπίτι του Διδασκάλου, ο αληθινός μαθητής χτύπησε την πόρτα.

Ο Διδάσκαλος φώναξε από μέσα: «Ποιος είναι;»

Ο αληθινός μαθητής είπε: «Είσαι εσύ». Ο δάσκαλος καταχαρούμενος άνοιξε την πόρτα και αγκάλιασε τον μαθητή, προσκαλώντας τον να μπει μέσα.

Ο πρώτος μαθητής είπε: «Πώς γίνεται και όταν εγώ χτυπούσα την πόρτα, εσύ δεν μου άνοιγες;»

Ο Διδάσκαλος απάντησε: «Όταν ρώτησα ποιος είναι, είπες ότι ήσουν εσύ. Ο πραγματικός μαθητής χάνει κάθε σκέψη για τον εαυτό του και σκέφτεται μόνο το δάσκαλο του. Για να γίνουμε ένα με τον Αγαπημένο, πρέπει να εγκαταλείψουμε κάθε σκέψη δυαδικότητας».

Στο μονοπάτι της Αγάπης δεν μπορούν να περπατάνε συγχρόνως δύο ταυτόχρονα, γατί το πλάτος του χωράει μόνο έναν. Όταν χάνουμε τον εαυτό μας μέσα στον Αγαπημένο, τότε οι δύο γίνονται ένας.

Πρέπει να απαλλαχθούμε από το εγώ μας. Αυτό σημαίνει να μην σκεφτόμαστε πόσο σπουδαίοι είμαστε εμείς και πόσο ασήμαντοι είναι όλοι οι άλλοι. Σημαίνει να σκεφτόμαστε τον Αγαπημένο. Την επόμενη φορά που θα κάνουμε σκέψεις για το εγώ μας, θα πρέπει να αναρωτηθούμε: «Θέλουμε να σκεφτόμαστε το εγώ μας ή θέλουμε να μπει ο Αγαπημένος στο σπίτι μας;»

Ένα φάρμακο για το εγώ είναι η ανιδιοτελής προσφορά. Εάν περνάμε τον καιρό μας ασχολούμενοι με δραστηριότητες

χρήσιμες για τους άλλους, υπηρετούμε τους άλλους αντί για τους εαυτούς μας. Εάν υπηρετούμε χωρίς καμία επιθυμία για προσωπικό όφελος, τότε δεν σκεφτόμαστε τους εαυτούς μας και εξαλείφουμε το εγώ μας. Δεν σκεφτόμαστε το τι θα κερδίσουμε, κάνοντας τη συγκεκριμένη δουλειά. Εξυπηρετούμε έχοντας τη σκέψη του Αγαπημένου. Τα χέρια μας είναι απασχολημένα με τη δουλειά, αλλά οι σκέψεις μας είναι στον Αγαπημένο μας. Αυτό σημαίνει ότι στη διάρκεια που χρησιμοποιούμε το σώμα μας για να εργασθούμε και να κάνουμε μια δουλειά, οι σκέψεις και οι καρδιές μας είναι απασχολημένες με την Αγάπη του Αγαπημένου. Υπηρετούμε με το μυαλό μας άδειο από οποιεσδήποτε σκέψεις του εαυτού και αντίθετα, σκεφτόμαστε, μιλάμε και ενεργούμε έχοντας στο μυαλό μας τον Αγαπημένο. Εάν αφιερώνουμε χρόνο σε δραστηριότητες που είναι ανιδιοτελείς, δε θα έχουμε χρόνο να ασχοληθούμε με εγωιστικές σκέψεις.

Οι Διδάσκαλοι μας δίνουν ένα ημερολόγιο ενδοσκόπησης στο οποίο μπορούμε καθημερινά να σημειώνουμε τα όποια λάθη κάνουμε στις ηθικές αρετές της μη βίας, της ειλικρίνειας, της αγνότητας, της ταπεινοφροσύνης και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Το ημερολόγιο διαθέτει, επίσης, μια θέση, για να σημειώνουμε τις παραλείψεις μας στην αυστηρή τήρηση της χορτοφαγικής διατροφής, αποφεύγοντας όλα τα κρέατα, τα ψάρια, τα πουλερικά και τα αυγά γονιμοποιημένα και μη ή οποιαδήποτε υποπροϊόντα αυτών. Υπάρχει μια θέση για να σημειωθεί η αποτυχία αποφυγής όλων των οινοπνευματωδών ποτών, των μεθυστικών και παραισθησιογόνων και ακόμα, των ψυχοτρόπων ναρκωτικών, καθώς όλα αυτά μειώνουν τη συνειδητότητά μας, ενώ εμείς, αντίθετα, προσπαθούμε να αυξήσουμε τη συνειδητότητά μας. Πώς μπορεί ο Θεός να έρθει, όταν εμείς μειώνουμε τη συνειδητότητά μας με φάρμακα και αλκοόλ; Έτσι, χορτοφαγία και αποχή από ναρκωτικά και αλκοόλ είναι προαπαιτούμενα για τη μύηση στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο.

Το ημερολόγιο είναι ένα εργαλείο με το οποίο μπορούμε να

αξιολογήσουμε τις σκέψεις, τα λόγια, και τις πράξεις μας στους τομείς της μη βίας, της ειλικρίνειας, της ταπεινοφροσύνης, της αγνότητας, και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Όταν βρούμε ένα λάθος, μπορούμε να αποφασίσουμε να το διορθώσουμε την επόμενη μέρα. Εάν βρούμε ότι έχουμε κάνει λάθος είκοσι φορές στον τομέα της μη βίας με αρνητικά λόγια, μπορούμε να προσπαθήσουμε να ελαττώσουμε τον αριθμό των λαθών την επόμενη μέρα. Στη συνέχεια, καθημερινά, μπορούμε να τα ελαττώνουμε όλο και περισσότερο, μέχρι να καταλήξουμε στο να μην κάνουμε λάθη σ᾽ αυτή την κατηγορία. Το ημερολόγιο δεν έχει σκοπό να τιμωρούμε τους εαυτούς μας ή να αισθανόμαστε ενοχές, αλλά να κάνουμε μια ειλικρινή εκτίμηση του πού είναι εστιασμένες οι σκέψεις, τα λόγια και οι πράξεις μας. Μετά, μπορούμε να περιορίσουμε τα λάθη, μέχρι το μυαλό μας να ησυχάσει και η ψυχή μας να καθαρίσει, ώστε να συναντήσει τον Θεό Εσωτερικά.

Παράλληλα με την καταγραφή αυτών των λαθών στις ηθικές αρετές, το ημερολόγιο έχει, επίσης, χώρο για να σημειωθεί ο χρόνος που αφιερώνουμε στα δύο είδη διαλογισμού, για το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και το διαλογισμό στον Εσωτερικό Ήχο, καθώς επίσης και στο χρόνο που αφιερώνουμε σε ανιδιοτελείς υπηρεσίες. Για να καταγράφουμε, επίσης, την πνευματική μας ανάπτυξη, περιλαμβάνεται ένας χώρος για μια καθημερινή αναφορά τού τι βλέπουμε και τι ακούμε Εσωτερικά στη διάρκεια του διαλογισμού μας. Εκεί σημειώνουμε τις Εσωτερικές μας εμπειρίες σχετικά με το αν βλέπουμε Φως διαφόρων χρωμάτων, τον Εσωτερικό ουρανό, τα άστρα, ένα φεγγάρι, έναν ήλιο ή και την Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου, του Εσωτερικού οδηγού μας. Εκεί καταγράφουμε και τους διάφορους Εσωτερικούς ήχους, ώστε να μπορούμε να έχουμε μια αναφορά τού τι ακούμε Εσωτερικά στη διάρκεια του διαλογισμού στον Εσωτερικό Ήχο. Με τον τρόπο αυτό, έχουμε μια καθημερινή καταγραφή της εξελισσόμενης πνευματικής μας προόδου στο διαλογισμό, κατά το Εσωτερικό μας ταξίδι της επιστροφής στον Θεό.

Η ΟΡΑΣΗ ΕΜΠΟΔΙΖΕΤΑΙ ΑΠΟ ΠΡΟΣΚΟΛΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΘΥΜΙΕΣ

Το τρίτο εμπόδιο για να καθαρίσουμε την Εσωτερική μας όραση, εκτός από το κάρμα μας και τις αρνητικές σκέψεις, λόγια και πράξεις μας, είναι ότι η όρασή μας είναι μπλοκαρισμένη από όλες τις επιθυμίες και τις προσκολλήσεις μας σε πράγματα αυτού του κόσμου. Εάν έχετε ποτέ ρωτήσει τα παιδιά σας τι θέλουν για τα γενέθλιά τους, θα ξέρετε ότι πάντα έχουν ένα μεγάλο κατάλογο επιθυμιών. Θέλουν αυτό το παιχνίδι και εκείνο το παιχνίδι, αυτό το αντικείμενο και το άλλο αντικείμενο ή λεφτά, για να αγοράσουν ό,τι άλλο θέλουν. Εμείς δεν είμαστε διαφορετικοί από τα παιδιά μας. Ο προσωπικός μας κατάλογος για τα πράγματα που θέλουμε να αγοράσουμε είναι γεμάτος με όλες τις απαιτήσεις και τις επιθυμίες μας. Μπορεί να θέλουμε υλικά αντικείμενα όπως έπιπλα, ηλεκτρονικό εξοπλισμό, νέους υπολογιστές, περισσότερα ρούχα και ό,τι άλλο έχει γίνει καινούργια μόδα, ώστε να συμβαδίζουμε με τους γείτονές μας. Μπορεί να θέλουμε χρήματα, όνομα ή φήμη. Μερικοί μπορεί να θέλουν να γίνουν καλοί σε ένα άθλημα ή κάποιο χόμπυ. Μπορεί να θέλουμε να βρούμε ένα συγκεκριμένο τύπο σχέσης, να βρούμε μια σύζυγο ή ένα σύζυγο ή να αποκτήσουμε παιδιά. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να θέλουν κατοικίδια ζώα. Η καρδιά μας είναι γεμάτη από πολυάριθμες επιθυμίες που θέλουμε να εκπληρωθούν. Πώς μπορούμε να εστιαστούμε στον Θεό, όταν θέλουμε τόσα πολλά άλλα πράγματα στη ζωή; Για να καθαρίσουμε τα γυαλιά μας και να δούμε τον Θεό, πρέπει να επιθυμούμε μόνο τον Θεό. Κάθε άλλη επιθυμία που απασχολεί την καρδιά μας θα μας εμποδίσει να Τον δούμε.

Πώς μπορούμε να καθαρίσουμε την όρασή μας, εάν είναι θαμπωμένη από τόσο πολλές επιθυμίες; Για να απαντήσουμε σ' αυτό, υπάρχει ένα περιστατικό που περιέχεται στην περίφημη ιστορία "Ραμαγιάνα" από την αρχαία Ινδία. Ο θεός Ράμα πήγε εξορία για δεκατέσσερα χρόνια. Έμενε στην ερημιά. Πολλοί γιόγκις ζούσαν εκεί, κάνοντας διαλογισμό με διάφορες μεθό-

δους, για να βρούνε τον Θεό. Στο δάσος ζούσε, επίσης, και μια γυναίκα γνωστή ως "μπίλνι", που την εποχή του διαχωρισμού των τάξεων στην Ινδία θεωρείτο ότι ανήκε σε μια κατώτερη τάξη. Όταν αυτή άκουσε ότι ο θεός Ράμα βρισκόταν σε εξορία στο δάσος, ενθουσιάστηκε. Ήθελε πάντα να τον συναντήσει και σκέφθηκε ότι αυτό θα της έδινε την ευκαιρία να εκπληρώσει την επιθυμία της.

Όμως κάθισε και σκέφθηκε: «Εάν ο θεός Ράμα έρθει ξυπόλητος προς αυτή την κατεύθυνση, υπάρχουν τόσα πολλά αγκάθια στο δάσος που μπορεί να πληγώσουν τα πόδια του». Άρχισε, λοιπόν, να καθορίζει ένα μακρύ μονοπάτι, απομακρύνοντας όλα τα αγκάθια για την περίπτωση που εκείνος θα περνούσε από εκεί.

Μετά, άρχισε να σκέφτεται: «Και αν έρθει στην καλύβα μου; Τι θα του προσφέρω να φάει;» Έψαξε για βατόμουρα που ευδοκιμούν στο δάσος. Καθώς, όμως, δεν ήθελε ο Ράμα να δοκιμάσει κάποια βατόμουρα που πιθανώς δε θα ήταν ώριμα, άρχισε να τα δοκιμάζει η ίδια προηγουμένως. Αυτά που ήταν γλυκά τα συγκέντρωσε και τα φύλαξε για εκείνον στην καλύβα της.

Εν τω μεταξύ, οι άλλοι γιόγκις έμαθαν τα νέα της εξορίας του θεού Ράμα στη ζούγκλα. Όλοι τους σκέφτηκαν ότι καθώς ήταν τόσο άγιοι, ο θεός Ράμα θα τους επισκεπτόταν. Ο καθένας ήταν σίγουρος ότι ο θεός Ράμα θα διάλεγε να επισκεφθεί τη δική τους καλύβα.

Πού όμως πήγε ο θεός Ράμα; Πήγε κατευθείαν στην καλύβα της γυναίκας που είχε καθαρίσει το μονοπάτι γι᾽ αυτόν και είχε μαζέψει τα βατόμουρα. Η γυναίκα παραληρούσε από χαρά που ο αγαπημένος της θεός Ράμα πήγε στο σπίτι της. Του πρόσφερε τα μούρα, τα οποία εκείνος τα έφαγε με μεγάλη ευχαρίστηση.

Οι γιόγκις στο δάσος στενοχωρήθηκαν. Κάνανε πολλά χρόνια μετάνοιες, αλλά παρ όλ᾽ αυτά, ο θεός Ράμα δεν πήγε στα σπίτια τους. Πήγαν τότε όλοι στο θεό Ράμα και του ζήτησαν να τους επισκεφθεί.

Στο δρόμο προς την περιοχή τους, υπήρχε μια λίμνη με

νερό γεμάτη βρομιές και έντομα. Του είπαν: «Θεέ Ράμα, ζούμε εδώ, αλλά δεν έχουμε καθόλου καθαρό νερό να πίνουμε. Αυτή η λίμνη είναι τόσο βρόμικη. Θα είχες την καλοσύνη να βάλεις τα πόδια σου μέσα, ώστε να μας την καθαρίσεις;»

Ο θεός Ράμα που μπορούσε να διαβάσει τι ήταν μέσα σε κάθε καρδιά και ήξερε ότι όλες τους ήταν γεμάτες από "εγώ" απάντησε: «Είσαστε όλοι σας γιόγκις και κάνετε μετάνοιες εδώ και τόσα χρόνια. Γιατί δε βάζετε τα δικά σας πόδια μέσα στο νερό και να το καθαρίσετε;» Τότε, όλοι οι γιόγκις έβαλαν τα πόδια τους μέσα στη λίμνη για να την καθαρίσουνε, αλλά αυτή παρέμενε βρόμικη.

«Θεέ Ράμα» είπαν «σε παρακαλούμε, βάλε τα δικά σου πόδια μέσα στη λίμνη για να καθαρίσει!» Ο Ράμα που θέλησε να τους δώσει ένα μάθημα για την Αγάπη, έβαλε τα πόδια του μέσα, όμως, η λίμνη δεν καθάρισε.

Ο θεός Ράμα τότε είπε: «Νομίζω ότι εάν θέλετε να καθαρίσει η λίμνη, θα πρέπει να φωνάξετε αυτή την "μπίλνι", τη γυναίκα της οποία το σπίτι επισκέφθηκα και να της ζητήσετε να βάλει εκείνη τα πόδια της μέσα στη λίμνη».

Οι γιόγκις αυτό το θεώρησαν εξωφρενικό και σκέφθηκαν: «Πώς θα μπορούσε μια γυναίκα από τέτοια χαμηλή κοινωνική θέση να είναι τόσο αγνή, ώστε να καθαρίσει τη λίμνη;» Ωστόσο, αφού ο θεός Ράμα τους ζήτησε να το κάνουν, όφειλαν να υπακούσουν. Φώναξαν τη "μπίλνι" και αυτή έβαλε τα πόδια της μέσα στη λίμνη. Ξαφνικά, η λίμνη έγινε διαυγής και καθαρή. Ο θεός Ράμα έδειξε με αυτόν τον τρόπο στους γιόγκις ότι κάποιος που η καρδιά του είναι καθαρή και γεμάτη αφοσίωση και Αγάπη, ακτινοβολεί παντού αυτή την αγνότητα και την καθαρότητα.

Ο συμβολισμός αυτής της ιστορίας μας λέει ότι εάν θέλουμε τον Θεό, πρέπει να ξεριζώσουμε όλα μας τα ελαττώματα. Πρέπει να διαθέτουμε μια θέση καθαρή για τον Θεό. Η "μπίλνι" ήθελε να προσφέρει στον Αγαπημένο της ό,τι καλύτερο είχε. Αντιπροσωπεύει την ομορφιά της ψυχής Εσωτερικά που αντανακλάται προς τα έξω. Αυτή η ιστορία απεικονίζει τη δύναμη

της θείας Αγάπης που απομακρύνει όλες τις ακαθαρσίες.

Το αποτέλεσμα του διαλογισμού και της ηθικής διαβίωσης είναι ότι η ψυχή μας γίνεται σαν ένα καθαρό, ακηλίδωτο γυαλί που αντανακλά το Φως του Θεού. Τότε, το Φως που καίει μέσα μας λάμπει με την ιερή φλόγα της μακαριότητας και της Αγάπης, για να φωτίσει το Μονοπάτι μας προς το Θείο.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Για μια εβδομάδα να παρατηρείτε τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις σας. Πόσος χρόνος ξοδεύεται σε σκέψεις, λόγια, και πράξεις θυμού, λαγνείας, απληστίας, προσκόλλησης και "εγώ"; Πόσος από το χρόνο και την ενέργειά σας ξοδεύεται, κυνηγώντας προσκολλήσεις και επιθυμίες αυτού του κόσμου; Ποιες ασχολίες σας θα θέλατε να παραμερίσετε, ώστε να μπορείτε να ξοδεύετε περισσότερο χρόνο στη σκέψη του Θεού;

ΧΟΡΤΟΦΑΓΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Όταν σκεφτόμαστε τα οφέλη της χορτοφαγικής διατροφής, συχνά τα συνδέουμε με την υγεία του φυσικού μας σώματος. Οι γιατροί και οι βιολόγοι περιγράφουν τα οφέλη που έχει μια χορτοφαγική διατροφή για το σώμα μας και συστήνουν τη χορτοφαγία, για να περιορίσουν τις αρρώστιες και να συντελέσουν στην υγεία και την ευεξία μας. Εκτός του ότι βελτιώνει τη σωματική μας ευεξία, η χορτοφαγία έχει, επίσης, οφέλη στη διάνοια και το πνεύμα μας.

Εδώ και αμέτρητους αιώνες, πολλοί άνθρωποι έχουν υιοθετήσει τη χορτοφαγική διατροφή για περισσότερους λόγους και όχι απλώς και μόνον για τη σωματική τους υγεία. Χάρη στις προόδους της ιατρικής επιστήμης, η επίδραση της χορτοφαγικής διατροφής στο σώμα μας έχει πρόσφατα αποδειχθεί και επιστημονικά. Όμως και πριν υπάρξουν επιστημονικές αποδείξεις, άνθρωποι παλαιοτέρων εποχών ήταν επίσης χορτοφάγοι. Υπάρχουν όμως και άλλοι λόγοι εκτός της σωματικής υγείας, για να είναι κανείς χορτοφάγος;

Ο κόσμος των χορτοφάγων χαρακτηρίζεται να έχει πολλούς πνευματικά φωτισμένους ανθρώπους. Οι παλιοί Ινδουιστές αβατάρ και γιόγκις ήταν χορτοφάγοι. Ο Μαχαβίρα ήταν χορτοφάγος. Φιλόσοφοι, στοχαστές, συγγραφείς, πολιτικοί αρχηγοί και ανθρωπιστές σε όλη την πορεία της ιστορίας είχαν, επίσης, υιοθετήσει τη χορτοφαγική διατροφή. Πολλοί αθλητές έγιναν χορτοφάγοι και χάρη σ᾽αυτό κέρδισαν αναγνώριση για τα εξαιρετικά τους επιτεύγματα. Τι ήξεραν όλοι αυτοί για τη χορτοφαγική διατροφή που θα μπο-

ρούσε να μας παρακινήσει να το σκεφτούμε και εμείς; Υπάρχουν οι επτά πιο κάτω πνευματικοί λόγοι, για τους οποίους θα μπορούσαμε και εμείς να υιοθετήσουμε μια χορτοφαγική διατροφή.

1. ΤΗΡΗΣΗ ΜΗ ΒΙΑΣ

Ένας πνευματικός λόγος υπέρ της χορτοφαγίας είναι ότι πρόκειται για μια συνεπή ζωή μη βίας. Πολλές θρησκείες διδάσκουν μια κοινή αρχή, το «Ου φονεύσεις». Πολλοί ιδρυτές θρησκειών, άγιοι, μύστες, προφήτες, γκουρού και Διδάσκαλοι έχουν συστήσει στους ανθρώπους να μη σκοτώνουν. Ένας χρυσός κανόνας μας προτρέπει να μην κάνουμε στους άλλους αυτό που δε θα θέλαμε να μας κάνουν. Υπάρχει κανείς που να θέλει να σκοτωθεί; Εάν εφαρμόσουμε αυτόν το χρυσό κανόνα και δε θέλουμε να σκοτωθούμε, αυτό σημαίνει ότι δε θα πρέπει και εμείς να σκοτώνουμε.

Αρκεί μόνο να κοιτάξουμε ένα ζώο, όπως μια γαλοπούλα, μια αγελάδα ή ένα κοτόπουλο, να το σφάζουνε για τροφή ή ένα ψάρι πιασμένο σε ένα αγκίστρι να σπαρταράει, για να καταλάβουμε τον πόνο που προκαλείται από αυτές τις βίαιες πράξεις. Εάν εφαρμόζαμε το χρυσό κανόνα, θα βλέπαμε σίγουρα ότι δε θα θέλαμε αυτό να συμβεί σε μας.

Υπάρχουν εκείνοι που μπορεί να νομίζουν ότι τα ζώα, τα πτηνά και τα ψάρια δεν είναι συνειδητά. Ωστόσο, σκεφθείτε αυτούς που έχουν ένα κατοικίδιο, όπως ένα σκύλο ή μια γάτα. Συμπεριφέρονται στο ζώο σαν να ήταν ένα ανθρώπινο μέλος της οικογένειάς τους. Οι κατώτερες μορφές ζωής μπορεί να μην έχουν την ικανότητα να γνωρίσουν τους εαυτούς τους, όπως οι άνθρωποι, αλλά σίγουρα κατατάσσονται επιστημονικά στην ομάδα των ζωικών οργανισμών. Αναπτύσσονται, αναπνέουν, τρώνε και αναπαράγονται. Επίσης, αισθάνονται τον πόνο. Εάν δεν είμαστε βίαιοι, δεν μπορούμε να υποφέρουμε να βλέπουμε οποιοδήποτε ον να πονάει, είτε είναι άνθρωπος είτε ζώο. Θέλουμε πάντα να εξασφαλίσουμε ότι δεν είμαστε εμείς που προξενούμε πόνο σε αυτόν τον κόσμο.

Τα μη βίαια άτομα αναγνωρίζουν ότι όλα τα ζώα και όλοι οι άνθρωποι είναι παιδιά του Θεού. Αυτοί που στρέφονται Εσωτερικά με το διαλογισμό, που διερευνούν πνευματικά βασίλεια και ξαναενώνουν την ψυχή τους με τον Θεό, βλέπουν ότι το Φως του Θεού που λάμπει μέσα μας είναι το ίδιο Φως που λάμπει μέσα σε όλες τις μορφές ζωής. Ο Βούδας, ο Χριστός, ο Ράμα, ο Κρίσνα, ο Μαχαβίρα, ο Μωυσής, ο Γκουρού Νανάκ και πολλοί άλλοι άγιοι και Διδάσκαλοι έβλεπαν το ίδιο Φως σε όλα τα ζωντανά όντα, συμπεριλαμβανομένων δηλαδή και των ζώων. Έτσι, συμπεριφέρονταν σε όλα σαν να είναι μια οικογένεια. Για παράδειγμα, ο Άγιος Φραγκίσκος συνήθιζε να λέει ότι οι κατώτερες μορφές ζωής είναι τα μικρότερα αδέλφια μας και δεν ήθελε να βλέπει ζώα να σκοτώνονται. Ο μεγάλος καλλιτέχνης Λεονάρντο ντα Βίντσι ήταν χορτοφάγος με μεγάλη συμπόνια για όλες τις μορφές ζωής. Όποτε έβλεπε ένα πουλί σε κλουβί, πλήρωνε στον ιδιοκτήτη και για το κλουβί και για το πουλί και μετά, άνοιγε την πόρτα του κλουβιού και παρατηρούσε πώς το χαρούμενο πουλί πετούσε προς την ελευθερία.

2. ΕΙΜΑΣΤΕ Ό,ΤΙ ΤΡΩΜΕ

Ένας άλλος πνευματικός λόγος να είμαστε χορτοφάγοι είναι για να αποφεύγουμε να μειώνουμε την πνευματική μας συνειδητότητα, λόγω των δονήσεων των νεκρών ζώων που τρώμε. Είμαστε ό,τι τρώμε. Όταν τρώμε ένα ζώο, κάνουμε αυτό το ζώο ένα μέρος του εαυτού μας. Προσλαμβάνουμε όχι μόνο το σώμα του ζώου, αλλά επίσης και τις δονήσεις αυτού του ζώου το οποίο βάζουμε μέσα στο στομάχι μας. Μερικά ζώα έχουν πολύ βίαιες τάσεις -περιφέρονται σε αναζήτηση λείας για το γεύμα τους και επιτίθενται σε άλλα ζώα χωρίς οίκτο. Η δόνηση αυτού του αρπακτικού ενστίκτου γίνεται έτσι μέρος του εαυτού μας.

Όταν τρώμε ζώα, όχι μόνο οι δονήσεις τους αλλά και οι ορμόνες τους γίνονται ένα μέρος του είναι μας. Σκεφθείτε το φόβο που θα αισθάνεται το ζώο στο τέλος της ζωής του, φυλακισμένο και βασανισμένο και μετά στο δρόμο προς το σφαγείο.

Σκεφθείτε τον τρομερό φόβο και πανικό του, καθώς ένα ζώο θανατώνεται. Ξέρουμε πως όταν βιώνουμε φόβο, οι ορμόνες της κορτιζόλης και της αδρεναλίνης εκκρίνονται μέσα στο σώμα μας. Όταν με την πέψη διασπαστούν, μας επηρεάζουν, αναστατώνοντας το σώμα μας και προκαλώντας βλάβη στις σωματικές μας λειτουργίες. Αυτές οι ορμόνες του φόβου παραμένουν στο σφαγιασμένο ζώο και όταν τρώμε αυτό το ζώο, γίνονται μέρος του εαυτού μας.

Ως προαπαιτούμενο για τη μύηση στο διαλογισμό στο Φως και τον Ήχο, οι Διδάσκαλοι ζητούν να τηρούμε τη χορτοφαγική διατροφή. Έτσι, οι μαθητές τους δεν τρώνε κανένα είδος κρέατος, ψάρια, πουλερικά ή αυγά. Οι Διδάσκαλοι μας λένε ότι ο Θεός έχει προμηθεύσει την ανθρωπότητα με επαρκή τροφή στη μορφή των φυτών και έτσι, δεν υπάρχει ανάγκη να αφαιρούμε τη ζωή από τα νεότερα θεϊκά μας αδέλφια. Σεβόμαστε όλες τις μορφές της ζωής.

3. ΑΓΑΠΗ ΠΡΟΣ ΟΛΑ

Ο τρίτος πνευματικός λόγος που ενέπνευσε πολλούς μεγάλους ιδρυτές θρησκειών και αγίους να υιοθετήσουν τη χορτοφαγική διατροφή είναι η αρχή της αγάπης προς καθετί που υπάρχει. Κοιτάξτε αυτούς που πραγμάτωσαν το Θείο. Ο Βούδας και ο Μαχαβίρα ήταν γεμάτοι Αγάπη και συμπόνια. Ο Γκουρού Νανάκ ήταν όλος Αγάπη και συμπόνια. Ο Μαουλάνα Ρούμι ήταν όλος Αγάπη και συμπόνια. Ο Ιησούς ήταν όλος Αγάπη και συμπόνια. Η Βίβλος διδάσκει: «Αγάπα τον πλησίον σου ως σεαυτόν». Αυτοί που δίδαξαν την αρχή της Αγάπης προς όλους αναγνώρισαν τα ζώα ως τα νεότερα αδέλφια μας ενώπιον του Θεού. Όλες οι θρησκείες διδάσκουν την Αγάπη. Αυτή η Αγάπη εκτείνεται σε όλες τις μορφές ζωής και περιλαμβάνει έντομα, ερπετά, ψάρια, πουλιά και θηλαστικά. Αγάπη προς όλα σημαίνει Αγάπη προς όλη τη Θεϊκή Δημιουργία.

Αυτοί που είναι εστιασμένοι στην πνευματικότητα, που θέλουν να ξαναενώσουν την ψυχή τους με τον Θεό, αναπτύσ-

σουν Αγάπη. Εάν θέλουμε να αγαπάμε όλη τη Δημιουργία, όπως έκαναν οι μεγάλοι άγιοι και οι Διδάσκαλοι, πρέπει να ανοίξουμε τις καρδιές μας και να αγκαλιάσουμε με Αγάπη όλες τις μορφές ζωής, ακόμη και τις κατώτερες.

4. ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΓΙΑ ΤΑ ΖΩΑ, ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ

Ένας άλλος πνευματικός λόγος να είμαστε χορτοφάγοι είναι για να προσφέρουμε ανιδιοτελή υπηρεσία στα ζώα, το περιβάλλον και τον πλανήτη. Η λέξη "οικολογία" εμπεριέχει τη ρίζα της λέξης "οίκος", που σημαίνει "σπίτι". Οι οικολόγοι θεωρούν ολόκληρο τον πλανήτη σαν το σπίτι μας. Όπως ακριβώς δε θέλουμε να καταστρέφουμε το σπίτι μας, να μολύνουμε το πόσιμο νερό μας, να πνίξουμε τα παιδιά μας με επιβλαβή αέρια ή να καταστρέφουμε τους φυσικούς πόρους που είναι απαραίτητοι για τη συντήρηση του σπιτιού μας, γιατί δε θα θέλαμε το ίδιο και για το παγκόσμιο σπίτι μας, τη γη;

Μια χορτοφαγική διατροφή στηρίζει τη φροντίδα και την αγάπη για τα ζώα, καθώς και μια καλύτερη χρήση των φυσικών πόρων της γης, οι οποίοι είναι απαραίτητοι για την συντήρηση της ανθρωπότητας σήμερα όσο και για τις επόμενες γενεές. Για παράδειγμα, μελέτες που προέρχονται από επιστημονικά κέντρα δείχνουν ότι τα δημητριακά που απαιτούνται για να τραφεί μια αγελάδα που πρόκειται να σφαγιασθεί για τροφή, θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για να τραφούν πολλοί περισσότεροι άνθρωποι από αυτούς που θα φάνε τη μία αγελάδα. Λαμβάνοντας υπόψη τη γη και το διαρκώς αυξανόμενο πληθυσμό της γης, η χορτοφαγική διατροφή προσφέρει μια περισσότερο αποτελεσματική χρήση των πόρων μας, δεδομένου ότι περισσότεροι άνθρωποι θα μπορούσαν να τραφούν και τώρα και στο μέλλον με αυτούς τους πόρους.

Στην έννοια της Αγάπης συμπεριλαμβάνεται και η πρόθεσή μας να προστατεύουμε τον πλανήτη μας σήμερα, προνοώντας και για τις επόμενες γενεές. Εγωισμός είναι να παίρνουμε από

τη γη μόνο για εμάς και στη συνέχεια, να την καταστρέφουμε, ώστε κανείς άλλος να μην μπορεί να έχει στο μέλλον τα ίδια οφέλη με εμάς. Η απληστία μάς ωθεί να πάρουμε ένα υπερβολικό μέρος από τους καρπούς της γης για τον εαυτό μας, περισσότερο ακόμη και από όσο χρειαζόμαστε, μην αφήνοντας τίποτα για τους άλλους. Η απληστία είναι ίσως ο καθοριστικός παράγοντας που κάνει τους ανθρώπους να απογυμνώνουν τον πλανήτη από τους πόρους του, σε μεγαλύτερο βαθμό από τις ανάγκες του, μην αφήνοντας τίποτα για εκείνους που δεν έχουν καλύψει ούτε καν το ελάχιστο των αναγκών τους. Εγωισμός είναι να εξαντλούμε σήμερα τους πόρους της γης για εμάς, χωρίς να αφήνουμε αρκετά για τους ανθρώπους που θα ακολουθήσουν επί αιώνες ολόκληρους. Αγάπη είναι να κάνουμε προσπάθεια να φροντίζουμε τον πλανήτη και τους πόρους του και να τους μοιραζόμαστε με τους άλλους, τώρα και στο μέλλον.

Οι πνευματικοί Διδάσκαλοι έχουν εμπνεύσει χιλιάδες ανθρώπους να ζουν με μεγάλο σεβασμό για τον πλανήτη και όλες τις μορφές ζωής. Εάν κατανοήσουμε τη θεία φύση αυτού που δίνει πνοή σε όλες τις μορφές της ζωής στον πλανήτη μας, θα μεταδίδουμε ειρήνη και αγάπη οπουδήποτε βρισκόμαστε.

5. Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΚΑΡΜΑ

Ένας άλλος λόγος για τον οποίο άγιοι και ιδρυτές διαφόρων θρησκειών συνιστούν τη χορτοφαγία είναι γιατί καταλαβαίνουν το νόμο του κάρμα. Ο νόμος του κάρμα μπορεί να κατανοηθεί σαν την ηθική εφαρμογή του τρίτου νόμου της φυσικής που λέει πως σε κάθε δράση δημιουργείται μια αντίδραση.

Η επιστήμη έχει ερευνήσει τη δύναμη των δονήσεων που προέρχονται από τη σκέψη. Η ενέργεια των εγκεφαλικών μας κυμάτων δεν περιορίζεται παραμένοντας μέσα στο κρανίο. Όπως ο ήχος και η ενέργεια, τα εγκεφαλικά κύματα μπορούν να προβληθούν προς τα έξω, πέρα από το ανθρώπινο σώμα. Έτσι, μπορούμε να δεχθούμε τη διαφορετική δόνηση των άλλων, όταν κάποιος είναι θυμωμένος ή φιλικός με εμάς. Αυτές οι

δονήσεις προβάλλονται προς τα έξω από εμάς με τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις, προκαλώντας αντιδράσεις. Ο νόμος του κάρμα καθορίζει ότι οποιεσδήποτε πράξεις γίνονται έχουν ως αποτέλεσμα τη δημιουργία αντιστοίχων αντιδράσεων.

Ένα από τα βασικά αξιώματα θρησκειών της Ανατολής, όπως ο Ινδουισμός, ο Βουδισμός, ο Σιχισμός και ο Τζαινισμός, είναι ότι ο Νόμος του κάρμα επηρεάζει τον άνθρωπο στο επίπεδο της ψυχής. Ο Νόμος του κάρμα λέει ότι όλες μας οι σκέψεις, λέξεις και πράξεις καταγράφονται. Έτσι, όταν έχουμε καλές σκέψεις, λόγια ή πράξεις, γυρνάει πίσω σε εμάς με καλό. Όταν έχουμε κακές σκέψεις, λόγια, και πράξεις, πρέπει να πληρώσουμε τις συνέπειες. Αυτό είναι ίδιο με τον νόμο της δικαιοσύνης στον κόσμο, που βασίζεται σε ένα σύστημα τιμωρίας και ανταμοιβής. Για παράδειγμα, στη Βίβλο αναφέρεται το «οφθαλμόν αντί οφθαλμού και οδόντα αντί οδόντος». Παρόμοια, μερικές θρησκείες πιστεύουν σε μια μελλοντική θεϊκή κρίση, κατά την οποία οι πράξεις μας στη ζωή κρίνονται και κατατασσόμαστε αναλόγως μετά το θάνατό μας.

Οι άγιοι που εξερευνούν πνευματικά βασίλεια και πραγματώνουν τον Θεό, μας δίνουν τα διδάγματά τους βασισμένα στις εμπειρίες τους από πρώτο χέρι. Έτσι, μία από τις προϋποθέσεις για να πάρει κάποιος μύησή στο Φως και τον Ήχο, είναι να γίνει χορτοφάγος, καθώς οι Διδάσκαλοι δε θέλουν να δημιουργούμε περισσότερο κάρμα το οποίο θα κληθούμε κάποτε να ξεπληρώσουμε. Αυτοί που πιστεύουν στο Νόμο του κάρμα πιστεύουν ότι εάν σκοτώσουμε ένα ζώο, θα υποστούμε την αντίδραση αυτής της αρνητικής μας πράξης.

Ο Βουδισμός είναι γεμάτος με ιστορίες ανθρώπων που έκαναν κάτι σε μια προηγούμενη τους ζωή και είτε έπρεπε να υποφέρουν ή να ανταμειφθούν για την πράξη τους αυτή στον ίδιο βαθμό, σε κάποια μελλοντική τους ύπαρξη.

Είτε θέλουμε να πιστεύουμε στο Νόμο του κάρμα είτε όχι, αξίζει να λάβουμε υπόψη μας ότι αυτοί που έχουν πραγματώσει τον Θεό – οι άγιοι και οι μύστες – έχουν μιλήσει για το Νόμο του κάρμα βασισμένοι στη δική τους προσωπική εμπειρία.

Αυτοί που θέλουν να αποδείξουν για λογαριασμό τους την ύπαρξη του Νόμου του κάρμα, μπορούν να κάνουν αυτό που οι Διδάσκαλοι και οι άγιοι έκαναν – να υψωθούν πάνω από τη σωματική τους συνειδητότητα, να εξερευνήσουν τα Εσωτερικά πνευματικά βασίλεια και να ξαναενώσουν την ψυχή τους με τον Δημιουργό. Κάνοντας αυτό, οι καθαρότητα των Νόμων της Δημιουργίας θα γίνει κατανοητή και τότε, μπορεί κανείς να ενεργήσει αναλόγως.

Αυτοί που είχαν παραθανάτιες εμπειρίες περιγράψανε πως όταν εισήλθαν σε βασίλεια φωτός, βίωσαν μια ανασκόπηση της ζωής τους. Είδαν όλα τα καλά και τα κακά που είχαν κάνει. Όχι μόνο ήταν μάρτυρες αυτών, αλλά στην πραγματικότητα, είχαν και την εμπειρία αυτού που οι άλλοι άνθρωποι αισθάνθηκαν, όταν τους έκαναν καλό ή τους έβλαψαν. Αυτή η εμπειρία ήταν τόσο έντονη, ώστε καταλάβανε ότι η σπουδαιότερη παγκόσμια αρχή ήταν αυτή της Αγάπης. Στην πραγματικότητα, επέστρεψαν από τις παραθανάτιες εμπειρίες μεταμορφωμένοι από το Φως. Αισθάνθηκαν υποχρεωμένοι να ζήσουν στο μέλλον με περισσότερη αγάπη και φροντίδα για τους άλλους, δεδομένου ότι είχαν την εμπειρία της αντίδρασης του κακού που προξένησαν στους ανθρώπους και της αντίδρασης της χαράς που έφεραν σε άλλους.

6. ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΥ

Ένας από τους πνευματικούς λόγους να είμαστε χορτοφάγοι είναι για να βελτιώσουμε το διαλογισμό μας. Στο διαλογισμό, εάν θέλουμε να έχουμε την εμπειρία του εαυτού μας ως ψυχή, να ανυψωθούμε πάνω από τη σωματική μας συνειδητότητα, για να ερευνήσουμε τα Εσωτερικά πνευματικά βασίλεια και τελικά, να ξαναενώσουμε την ψυχή μας με τον Θεό, μια χορτοφαγική διατροφή θα επιταχύνει την πρόοδό μας. Για να εισέλθουμε σε βασίλεια Φωτός και Αγάπης, πρέπει να αναπτύξουμε τις ηθικές αρετές. Πρέπει να διαθέτουμε εκείνη την καθαρότητα της καρδιάς με τη οποία θα μπορέσουμε να έχου-

με την εμπειρία του Δημιουργού. Θέλουμε να ελαφρώσουμε το φορτίο του κάρμα που έχουμε και όχι να το αυξήσουμε.

Ακολουθώντας μια χορτοφαγική διατροφή, αναπτύσσουμε μη βία, αγάπη και φροντίδα για τις άλλες μορφές ζωής. Εάν ζούμε μία ζωή μη βίας και Αγάπης, εξαγνίζουμε τη ψυχή μας, για να εισέλθουμε σε αιθέρια Εσωτερικά βασίλεια και να ξαναενώσουμε την ψυχή μας με την Υπερψυχή.

Όταν η Βίβλος λέει: «Ου φονεύσεις», δεν υπάρχει διευκρίνηση στο νόημά της που να λέει ότι αναφέρεται μόνο σε φόνο ανθρώπων. Αναφέρεται γενικά στο να μη σκοτώνουμε – τελεία και παύλα. Αυτό σημαίνει να μη σκοτώνουμε ούτε ζώα. Ο Βουδισμός, ο Τζαϊνισμός και ο Ινδουισμός θεωρούν τη μη βία ως βασική αρχή για ένα πνευματικό τρόπο διαβίωσης.

Οι Διδάσκαλοι έχουν πει πως ο Θεός είναι Αγάπη και ότι ο δρόμος επιστροφής στον Θεό είναι μέσω της Αγάπης. Διδάσκουν πως όταν αγαπάμε όλους τους ανθρώπους και όλες τις μορφές της ζωής, είμαστε στο δρόμο της επιστροφής στο Θεό. Εκείνοι που έχουν επιτύχει στο Πνευματικό Μονοπάτι ξέρουν ότι η χορτοφαγία βοηθάει το διαλογισμό και την πνευματική πρόοδο.

7. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΦΩΤΙΣΗ

Ο έβδομος πνευματικός λόγος να είναι κανείς χορτοφάγος είναι για να πετύχει πνευματική φώτιση. Οι πνευματικοί Διδάσκαλοι θεωρούν τη χορτοφαγική διατροφή ως ένα προαπαιτούμενο της μύησης, για να μάθει κάποιος το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Ο Διδάσκαλος κατά τη μύηση μας προσφέρει μια ειδική απαλλαγή από το παλιό μας κάρμα που αναλαμβάνει ο ίδιος να διευθετήσει. Μόνο εκείνο το κάρμα που είναι καθορισμένο για την τωρινή μας ζωή παραμένει να διευθετηθεί από εμάς.

Για την πνευματική μας πρόοδο, θέλουμε να είμαστε σίγουροι ότι δε θα συσσωρεύουμε νέο κάρμα. Κατά τη μύηση, ό,τι έχει γίνει στο παρελθόν, που είναι το «santsit ή αποθηκευμένο κάρμα», εξαλείφεται. Από το σημείο αυτό και μετά, δε θέλουμε

να προσθέτουμε νέο καρμικό φορτίο. Αυτό θα ήτανε σαν να προσπαθούμε να πλύνουμε ρούχα σε ένα πλυντήριο, όπου, ενώ το καθαρό νερό καθαρίζει τη βρομιά, εμείς εξακολουθούμε να προσθέτουμε κι άλλο βρόμικο νερό.

Σκοτώνοντας και τρώγοντας ζώα δημιουργούμε νέο κάρμα. Οι Διδάσκαλοι διδάσκουν ότι για να πετύχουμε πνευματική φώτιση και να γίνουμε ένα με το Δημιουργό, πρέπει να μειώσουμε το κάρμα μας. Γι᾽ αυτό, δε θέλουμε να ζούμε με τροφές για τις οποίες χρειάζεται να αφαιρεθεί η ζωή κάποιου ζώου. Αυτός είναι ο λόγος που η χορτοφαγία είναι ένα προαπαιτούμενο για τη μύηση στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο.

Αυτά είναι τα εφτά πνευματικά μυστικά της χορτοφαγικής διατροφής. Τα οφέλη της χορτοφαγικής διατροφής συνίστανται στο ότι αυτή είναι ωφέλιμη για το σώμα και το νου μας, και το σπουδαιότερο, είναι καλή για το πνεύμα μας. Η χορτοφαγία μπορεί να βοηθήσει την πνευματική μας πρόοδο, εάν θέλουμε να γνωρίσουμε τον πραγματικό εαυτό μας ως ψυχές, να εξερευνήσουμε τα Εσωτερικά πνευματικά βασίλεια και να έχουμε την εμπειρία της επανασύνδεσής μας με τον Θεό.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Κάνετε έναν κατάλογο από αυτά που τρώτε στη συνηθισμένη δίαιτά σας και κοίταξε με πόσους πολλούς τρόπους μπορείτε να περιορίσετε το κρέας, τα ψάρια, τα πουλερικά και τα αυγά, αντικαθιστώντας τα τρόφιμα αυτά με επιλογές τροφών, βασισμένων στα χορταρικά (φρούτα, λαχανικά, καρποί, σπόροι, όσπρια, φασόλια, δημητριακά και γαλακτοκομικά προϊόντα, εκτός αν επιλέξετε να είστε πολύ αυστηροί χορτοφάγοι). Επισκεφτείτε ένα τμήμα υγιεινών τροφών σε κάποιο κατάστημα τροφίμων ή εστιατόριο που σερβίρουν χορτοφαγικά γεύματα, για να δείτε την ποικιλία των υποκατάστατων που υπάρχουν για το κρέας ζώων. Δοκιμάστε χορτοφαγικές τροφές και σημειώστε διαφορές στο πως αισθάνεστε σωματικά, διανοητικά και πνευματικά.

ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Η πνευματική πρόοδος που κάνουμε μέσω του διαλογισμού, της ηθικής διαβίωσης, της χορτοφαγικής διατροφής, της αγάπης και της Χάρης ενός πνευματικού Διδασκάλου επισπεύδεται ακόμη πιο πολύ, όταν προσφέρουμε ανιδιοτελείς υπηρεσίες.

Η ανιδιοτελής υπηρεσία ανοίγει την καρδιά μας, για να αγαπάμε και να βοηθάμε τους άλλους. Μας κάνει ένα όργανο της Αγάπης του Θεού, προσφέροντας σε όλη τη Δημιουργία του Θεού, είτε πρόκειται για ανθρώπους είτε για ζώα ή και για τον πλανήτη. Οι ανιδιοτελείς υπηρεσίες με τον καιρό, καθώς τις επιτελούμε, μας κάνουν να είμαστε δοτικοί, στοργικοί και γεμάτοι από αγάπη. Το να υπηρετούμε ανιδιοτελώς μας βοηθά να εξαλείψουμε τον εγωισμό και τον εγωκεντρισμό μας.

Η ιστορία που ακολουθεί απεικονίζει την αξία της ανιδιοτέλειας.

Ένας πλούσιος άνθρωπος εργαζόταν με το δικηγόρο του, για να ετοιμάσουν τη διαθήκη του. Ο δικηγόρος εντυπωσιάστηκε από το ποσό των χρημάτων που ο άντρας είχε συσσωρεύσει, αλλά και από τον αριθμό των υπηρετών που είχε να τον υπηρετούν. Ο άνθρωπος αυτός είχε πολλούς ανθρώπους να φροντίζουν για κάθε του ανάγκη, όπως οδηγούς, μπάτλερ, καθαριστές του σπιτιού και κηπουρούς, για να φροντίζουν τους κήπους της περιοχής που διέμενε. Ήταν πολύ περήφανος που είχε προσλάβει τόσους ανθρώπους να τον υπηρετούν. Πίστευε ότι αυτό ήταν ένα σημάδι που αποδείκνυε το πόσο επιτυχημένος ήταν στη ζωή.

Όταν ο άνθρωπος αυτός κάποτε πέθανε, περίμενε στον άλλο κόσμο για την κρίση του. Πίστευε ότι θα έχει μια καλή θέση στον παράδεισο, επειδή ήταν τόσο επιτυχημένος στη ζωή του. Όταν ήρθε η σειρά του να κριθεί, ο κριτής άγγελος κοίταξε τις καταγραφές του και είδε τι έχει καταφέρει στη ζωή.

Αφού κοίταξε όλο το φάκελο αυτού του ανθρώπου, του δήλωσε ότι δε δικαιούνταν να πάει στον παράδεισο.

«Τι εννοείς;» αναφώνησε ο άντρας. «Δεν είδες πόσο επιτυχημένος ήμουν και πόσοι άνθρωποι με υπηρέτησαν;»

Ο άγγελος απάντησε: «Για την είσοδο στον παράδεισο, δεν κρατάμε καταγραφές για το πόσοι άνθρωποι σε υπηρέτησαν. Για να μπεις στον παράδεισο, κρατάμε μόνο καταγραφές για το πόσους ανθρώπους εσύ υπηρέτησες. Δυστυχώς, η είσοδός σου στον παράδεισο δεν επιτρέπεται, γιατί στη ζωή σου εσύ υπηρέτησες μόνο τον εαυτό σου».

Αυτή η ιστορία αποτυπώνει ένα πολύ δυνατό μάθημα. Πολλοί άνθρωποι εστιάζονται στο να συσσωρεύουν αγαθά και να αποκτούν περιουσίες, νομίζοντας ότι αυτός είναι ο πραγματικός σκοπός της ζωής. Όμως, παραβλέπουν το σκοπό για τον οποίο ο Θεός δημιούργησε την ανθρωπότητα. Τα αληθινά ανθρώπινα όντα ζουν για τους άλλους. Κάποιες Γραφές αναφέρουν ότι αν ο Θεός ήθελε μόνο αφοσίωση, υπήρχαν οι άγγελοι γι᾽ αυτό το σκοπό. Ο Θεός ήθελε να δημιουργήσει όντα που να υπηρετούν τους άλλους και γι᾽ αυτό ο Θεός δημιούργησε τους ανθρώπους. Είναι φανερό από την ιστορία αυτή ότι η υπηρεσία στους άλλους και όχι η υπηρεσία στους εαυτούς μας είναι αυτή που προετοιμάζει το δρόμο για την επιστροφή μας στον Θεό.

Αναλογιστείτε ποιους ανθρώπους από την ιστορία τιμάει η ανθρωπότητα. Είναι οι άνθρωποι που είχαν άλλους να τους υπηρετούν ή είναι αυτοί που υπηρέτησαν τους άλλους; Αν εξετάσουμε τις σελίδες της ιστορίας, θα δούμε ότι δεν θυμόμαστε ούτε τιμάμε τους αυτοκράτορες και τους βασιλιάδες που έζησαν την περίοδο του Ιησού Χριστού. Τέτοιοι βασιλιάδες μπορεί να είχαν πάρα πολλούς δούλους και υπηρέτες. Όμως θυμόμαστε τον Ιησού Χριστό, επειδή ήταν αυτός που υπηρέτησε τους

άλλους. Η ζωή του ήταν μια ζωή θυσίας και υπηρεσίας στις ψυχές τις εποχής του οι οποίες υπέφεραν.

Δεν τιμάμε τους ανηλεείς ηγεμόνες που είχαν πολλούς υπηρέτες για την ικανοποίηση των αναγκών τους και για να νικήσουν και να υποτάξουν τους άλλους. Όμως, θυμόμαστε το μη βίαιο Βούδα που η ζωή του ήταν μια ζωή υπηρεσίας προς τους άλλους, βοηθώντας τους να πραγματώσουν το τέλος του πόνου.

Αν σκεφτούμε τον αριθμό των πλούσιων ανθρώπων που έχουν ζήσει μέσα στους αιώνες, τα ονόματά τους μπορεί να έχουν χαθεί μέσα στη άμμο του χρόνου, ενώ τα ονόματα των ευγενικών ανθρώπων που αφιέρωσαν τη ζωή τους ως επιστήμονες, εξερευνητές, καθοδηγητές της ανθρωπότητας, μεγάλοι δάσκαλοι και ήρωες, που βοήθησαν να βελτιωθεί η ζωή των ανθρώπων, έχουν χαραχτεί μόνιμα στη μνήμη της ιστορίας.

Σε ποια κατηγορία θα θέλαμε να είμαστε, όταν γίνει η κρίση της ζωής μας στο τέλος της; Θα θέλαμε να πάμε, όταν τελειώσει αυτή η ζωή, στα πνευματικά επίπεδα με μια άδεια λίστα από ανθρώπους που υπηρετήσαμε, επειδή ήμαστε περισσότερο αφοσιωμένοι στο να έχουμε εμείς άλλους ανθρώπους να μας υπηρετούν;

Αν εξετάσουμε τις ζωές των μεγάλων Αγίων και Διδασκάλων, βλέπουμε ότι ήταν διαποτισμένοι με ταπεινότητα. Αντί να έχουν ανθρώπους να τους υπηρετούν, θεωρούσαν τους εαυτούς τους ως υπηρέτες των ανθρώπων. Υπήρξαν μέσα στο χρόνο αναρίθμητοι άνθρωποι που μας περιγράψανε πώς οι Άγιοι και οι Διδάσκαλοι τους είχαν υπηρετήσει προσωπικά και έκαναν καλύτερη τη ζωή τους.

Οι Άγιοι και οι Διδάσκαλοι υπηρετούν ανιδιοτελώς, κάνοντας τη πνευματική και την εγκόσμια ζωή των άλλων ευκολότερη. Αν κάθε άνθρωπος που συναντούσε έναν Διδάσκαλο κατέγραφε τους πολυάριθμους τρόπους που ο Διδάσκαλος τον υπηρέτησε με ταπεινότητα, θα μπορούσαν να περάσουν δεκαετίες διαβάζοντας κανείς όλες αυτές τις περιγραφές. Οι Διδάσκαλοι θεωρούν τους εαυτούς τους ως υπηρέτες του Θεού και

ως υπηρέτες των τέκνων του Θεού. Αυτός είναι ο ρόλος τους στη γη. Έρχονται για να υπηρετήσουν την ανθρωπότητα και όχι να τους υπηρετεί η ανθρωπότητα. Υπηρετούν τους άλλους πνευματικά, ενώνοντας ξανά τις ψυχές τους με τον Θεό. Επίσης, από συμπόνια βοηθούν τους μαθητές τους στην καθημερινή τους ζωή και κάνουν ό,τι χρειαστεί, για να στρέψουν την προσοχή τους στον Θεό. Οι Διδάσκαλοι βοηθούν τους μαθητές τους στα φυσικά και συναισθηματικά τους προβλήματα, στα προβλήματα με τις σχέσεις τους, τις δυσκολίες με την οικογένειά τους, την καριέρα τους και σε πολλές άλλες δυσκολίες. Την ώρα της μύησης, οι Διδάσκαλοι προσφέρουν στους μαθητές τους τη μεγαλύτερη δυνατή ευεργεσία, παίρνοντας στους ώμους τους τους καρμικούς τους λογαριασμούς και κάποιες φορές, από συμπόνια, παίρνουν ακόμη και τον καρμικό σωματικό πόνο ενός μαθητή στο δικό τους σώμα. Υπάρχουν αναρίθμητοι τρόποι με τους οποίους οι Διδάσκαλοι υπηρετούν τα άτομα της οικογένειας του Θεού.

Υπάρχουν ορισμένες στήλες στο καθημερινό ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης του μαθητή του Σαντ Ματ, για να καταγράφει την ανιδιοτελή του προσφορά, είτε φυσική είτε οικονομική. Αυτό σημαίνει ότι αν υπάρξει μια ευκαιρία να υπηρετήσουμε ανιδιοτελώς ή να βοηθήσουμε κάποιον και δεν τη χρησιμοποιήσουμε, αυτό θα πρέπει να σημειωθεί στο ημερολόγιο ως σφάλμα ή ως χαμένη ευκαιρία. Με αυτό τον τρόπο, μπορούμε να παρατηρήσουμε τη συμπεριφορά μας ως προς την προσφορά ανιδιοτελούς υπηρεσίας και έτσι, να προσπαθήσουμε να βοηθάμε περισσότερο τους άλλους κάθε ημέρα.

Υπάρχουν πάρα πολλοί τρόποι με τους οποίους μπορούμε να υπηρετήσουμε τους άλλους. Η ζωή είναι γεμάτη με πολλές ευκαιρίες για προσφορά υπηρεσιών σε άλλους. Η ανιδιοτελής υπηρεσία μας εξευγενίζει και μας προετοιμάζει να μπούμε στο βασίλειο του Θεού.

Μπορούμε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους με πολλούς φυσικούς τρόπους. Αν δεν μπορούν να φροντίσουν τον εαυτό τους, μπορούμε να τους προσφέρουμε φαγητό και φάρμακα.

Μπορούμε να τους μεταφέρουμε για την ιατρική τους θεραπεία, μπορούμε να κάνουμε κάποιες δουλειές για τους ανθρώπους που δεν είναι ικανοί να τις κάνουν μόνοι τους, εξαιτίας της ασθένειάς τους.

Κάποιοι άνθρωποι χρειάζονται νοητική βοήθεια και μπορούμε να τους διδάξουμε, ώστε να βελτιωθούν. Μπορούμε να συμβουλεύσουμε άλλους στις δυσκολίες τους και να τους βοηθήσουμε να βρουν λύσεις σε όσα τους απασχολούν.

Κάποιοι άνθρωποι χρειάζονται οικονομική βοήθεια. Μη θέλοντας να δώσουμε χρήματα σε ανθρώπους που θα τα χρησιμοποιήσουν με λάθος τρόπο σε επιβλαβείς δραστηριότητες, μπορούμε να αξιολογήσουμε αν πραγματικά θα ωφεληθούν από χρηματική βοήθεια. Μπορούμε να βοηθήσουμε τα θύματα φυσικών καταστροφών, παρέχοντάς τους καταφύγιο, ρουχισμό ή να διαλογιζόμαστε για ανθρώπους σε περιοχές που έχουν καταστραφεί. Μπορούμε να κάνουμε δωρεές σε ιδρύματα που βοηθούν τους ανθρώπους πνευματικά ή υλικά. Πολλές θρησκείες ενθαρρύνουν τους ανθρώπους να δίνουν ένα μέρος του εισοδήματός τους ως ανιδιοτελή προσφορά και οι Διδάσκαλοι πάντα πρότειναν την τακτική δωρεά στους μαθητές τους.

Οι Διδάσκαλοι προσφέρουν πνευματική υπηρεσία, δίνουν τη φορτισμένη τους προσοχή που λειτουργεί ως καταλύτης και μας βοηθά να επανενωθούμε με το Θείο. Ο Διδάσκαλος μας προσφέρει μύηση σε μια μέθοδο διαλογισμού, που μας ενώνει με το Φως και το Ηχητικό Ρεύμα, μέσω των οποίων μπορούμε να ταξιδέψουμε πίσω στον Θεό. Οι Διδάσκαλοι, επίσης, αναλαμβάνουν τους καρμικούς μας λογαριασμούς, ώστε τα βάρη μας να ελαφρυνθούν, για να μπορούμε να ανέλθουμε πάνω από τα τρία κατώτερα επίπεδα και να εισέλθουμε στα ανώτατα πνευματικά επίπεδα. Διδάσκουν τους ανθρώπους να διαλογίζονται, ώστε να ανακαλύψουν τον αληθινό τους εαυτό ως ψυχή και να επανενωθούν με τον Θεό σε αυτή τους τη ζωή.

Υπάρχει ένα ακόμη εμφανές όφελος στην ανιδιοτελή προσφορά. Η ανιδιοτελής προσφορά ή seva παρέχει μια ευκαιρία για να καταπιαστούμε με καλά έργα, χωρίς να δημιουργούμε

κάρμα. Ο Κρίσνα είχε αναφέρει ότι όλες οι σκέψεις, τα λόγια και οι πράξεις δημιουργούν κάρμα, είτε καλό είτε κακό. Το καλό κάρμα δημιουργεί χρυσές αλυσίδες, ενώ το κακό κάρμα δημιουργεί σιδερένιες αλυσίδες. Και οι δυο είναι αλυσίδες που μας κρατούν στον κόσμο. Δεν υπάρχει τίποτα το κακό στο να κάνει κάποιος κάτι καλό, αλλά χρειάζεται να το πραγματοποιούμε με τέτοιο τρόπο, που να μη μας δένει περισσότερο στον κόσμο και να μη μας οδηγεί στο να δημιουργούμε περισσότερο κάρμα. Το καλό κάρμα μας ξαναφέρνει στον κόσμο, για να δρέψουμε κάποια ανταμοιβή και έτσι, κι αυτό μας εμποδίζει να ξεφύγουμε από τις τρεις κατώτερες περιοχές και να ενωθούμε πάλι με τον Θεό.

Όταν οι άνθρωποι έχουν επιθυμία να κάνουν καλό, πώς θα μπορούσαν να το κάνουν χωρίς να δημιουργούν κάρμα; Ο τρόπος είναι να το πραγματοποιούν **στο όνομα του Θεού**, χωρίς να επιθυμούν καμιά ανταμοιβή για τον εαυτό μας. Όταν κάνουμε κάτι για κάποιον άλλον, αλλά περιμένουμε ανταμοιβή, αυτό δημιουργεί κάρμα. Όμως, αν το πραγματοποιούμε ως έργο του Θεού και απλώς επιθυμούμε να είμαστε τα χέρια του Θεού που βοηθούν, τότε δε δημιουργείται κανένα κάρμα.

Ένα άλλο θέμα για την ανιδιοτελή υπηρεσία είναι όταν την προσφέρουμε, να μην ήμαστε υπό την επήρεια των πέντε κλεφτών, δηλαδή του θυμού, της λαγνείας, της απληστίας, της προσκόλλησης και του εγώ, γιατί τότε η προσφορά μας δεν είναι ανιδιοτελής.

Αν καθώς κάνουμε seva (σέβα σημαίνει ανιδιοτελής προσφορά), θυμώσουμε, τότε δε θα είμαστε ανιδιοτελείς και θα δημιουργούμε κάρμα για τους εαυτούς μας. Αν καθώς κάνουμε σέβα, είμαστε γεμάτοι με προσκόλληση και εγώ, τότε δεν είμαστε ανιδιοτελείς και πάλι δημιουργούμε κάρμα για τους εαυτούς μας. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να κάνουμε seva (να προσφέρουμε) με αγνό νου και αγνή καρδιά. Πρέπει να είμαστε μη βίαιοι, αληθείς, αγνοί, ταπεινοί, με Αγάπη και χωρίς προσκόλληση, όταν κάνουμε ανιδιοτελή προσφορά.

Κάποιες φορές, όταν χρειάζεται να γίνει seva, θέλουμε να

διαλέξουμε εμείς με ποιο τρόπο θέλουμε να την κάνουμε. Αυτό είναι ένα άλλο παράδειγμα για το εγώ, πώς δηλαδή μπαίνει στο δρόμο της ανιδιοτελούς υπηρεσίας. Κάποιοι άνθρωποι νιώθουν ότι θέλουν να κάνουν seva, μόνο όταν αυτή τους δίνει κύρος, όνομα, φήμη ή κάποιο άλλο προσωπικό όφελος. Τέτοιοι άνθρωποι αρνούνται την υπηρεσία που χρειάζεται να γίνει, αν τη θεωρούν κατώτερή τους. Κάνω ανιδιοτελή προσφορά σημαίνει να γίνεται ό,τι χρειάζεται και όχι να θεωρούμε τους εαυτούς μας πολύ ανώτερους και ίσως μόνο για κάποιους συγκεκριμένους τύπους υπηρεσίας.

Σχετικά με αυτό, διηγούνται ένα γεγονός από την ιστορία. Μια σειρά στρατιωτών ήταν στο πεδίο της μάχης, προσπαθώντας να σηκώσουν ένα μεγάλο κομμάτι ξύλο για να το χρησιμοποιήσουν ως πολιορκητικό κριό, προκειμένου να ρίξουν τον τοίχο ενός οχυρού. Ένας δεκανέας στεκόταν στην άκρη, διατάζοντας τους άντρες να σηκώσουν με περισσότερη δύναμη για να σηκωθεί το ξύλο. Ένας ξένος πάνω στο άλογό του παρατηρούσε τη σκηνή και είπε στο δεκανέα: «Δε νομίζεις ότι εάν τους βοηθούσες, η δύναμη ενός ακόμη άντρα ίσως θα ήταν αρκετή για να σηκωθεί το ξύλο; Γιατί δεν τους βοηθάς;»

Ο δεκανέας απάντησε: «Δεν είναι αυτή η δική μου δουλειά, εγώ είμαι ο δεκανέας. Αυτοί είναι που πρέπει να κάνουν αυτό το έργο. Αυτή δεν είναι δουλειά ενός δεκανέα».

Μετά από αυτό, ο ξένος κατέβηκε από το άλογό του, ενώθηκε με τις γραμμές των στρατιωτών και τους βοήθησε να σηκωθεί το ξύλο. Η δύναμη του ενός άντρα που προστέθηκε ήταν αυτή που χρειαζόταν για να σηκωθεί το ξύλο. Έχοντας ολοκληρώσει το έργο του, ο ξένος ανέβηκε στο άλογό του και προτού αποχωρήσει, γύρισε στον δεκανέα και του είπε: «Την επόμενη φορά που θα έχεις ένα μεγάλο ξύλο να σηκώσεις και για το οποίο θα ήθελες βοήθεια, να φωνάξεις τον αρχιστράτηγο».

Ήταν τότε που όλοι συνειδητοποίησαν ότι ο αυτός ξένος ήταν ο ίδιος Τζώρτζ Ουάσινγκτον, ο αρχηγός του στρατού, ο οποίος αργότερα θα γινόταν ο πρώτος πρόεδρος των Ηνωμένων Πολιτειών.

Όλων των ειδών οι υπηρεσίες έχουν κάποιο σκοπό και θα πρέπει να θεωρούνται εξίσου σημαντικές. Αν θέλουμε πραγματικά να εξελίξουμε το πνεύμα της ανιδιοτελούς υπηρεσίας μέσα μας, θα πρέπει να νιώθουμε ότι καμία εργασία δεν είναι πολύ σημαντική ή πολύ ασήμαντη για εμάς. Όλων των ειδών οι εργασίες είναι σημαντικές. Είτε μαγειρεύουμε, είτε καθαρίζουμε και τακτοποιούμε μετά το φαγητό, και οι δύο αυτές εργασίες είναι ισάξιες στα μάτια του Θεού, όταν τις κάνουμε με πνεύμα ανιδιοτέλειας. Είτε πληκτρολογούμε κάποιο κείμενο, είτε κάνουμε φωτοτυπίες, είτε περιποιούμαστε τον κήπο, είτε πετάμε τα σκουπίδια στον κάδο, όλα έχουν το ίδιο όφελος ως προσφορά. Όποτε αρνούμαστε να κάνουμε μία seva, πιστεύοντας ότι αυτή η εργασία δεν είναι αρκετά σπουδαία για εμάς, τότε απλώς προσφέρουμε με το εγώ και οποιοδήποτε όφελος που θα μπορούσαμε να έχουμε χάνεται. Θα πρέπει να προσφέρουμε με οποιονδήποτε τρόπο χρειάζεται με αγάπη και ταπεινότητα, γιατί αυτό είναι που θα μας δώσει τα πραγματικά οφέλη της seva.

Αν προσφέρουμε, πιστεύοντας ότι μια συγκεκριμένη seva μας κάνει πιο σημαντικούς από κάποιον άλλον, τότε δεν προσφέρουμε ανιδιοτελώς, αλλά χρησιμοποιούμε την seva για να φανούμε σημαντικοί.

Αν κάνουμε seva, πιστεύοντας ότι αυτό θα μας προσφέρει κάποιο οικονομικό ή υλικό όφελος, τότε πάλι δεν εργαζόμαστε ανιδιοτελώς.

Αν κάνουμε seva, γιατί επιθυμούμε δύναμη και για να ελέγξουμε κάποιον άλλον και να κάνουμε το αφεντικό, τότε αυτό δεν είναι ανιδιοτελές. Αντίθετα, αυτό δημιουργεί κάρμα για εμάς λόγω της επιθυμίας μας για έλεγχο και δύναμη. Το να επιθυμούμε να ελέγξουμε τους άλλους έχει ως συνέπεια να θυμώνουμε, όταν οι άλλοι δεν κάνουν αυτό που θα θέλαμε. Και τότε δημιουργείται επιπρόσθετο κάρμα για εμάς, λόγω του θυμού μας. Αν προσπαθούμε να χειραγωγήσουμε τους άλλους και πρέπει να τους εξαπατήσουμε και να πούμε ψέματα για να το καταφέρουμε, τότε δημιουργούμε κάρμα, καθώς κάνουμε μια προσφορά, η οποία και πάλι δεν επιτελείται με πνεύμα

ανιδιοτέλειας.

Θα πρέπει τη seva μας να τη βλέπουμε ως μια ευκαιρία να κάνουμε κάτι αξιόλογο, χωρίς να δημιουργούμε κάρμα, το οποίο θα μπορούσε να μας δένει ακόμα περισσότερο με αυτόν τον κόσμο. Θα πρέπει να είναι μια ευκαιρία να προσφέρουμε, έχοντας την προσοχή μας στραμμένη στο Θεό.

Οι Διδάσκαλοι μιλούν για τα οφέλη της seva και δηλώνουν πως είναι ισάξια με αυτά του διαλογισμού. Η seva, βέβαια, δεν μπορεί να αντικαταστήσει το διαλογισμό, αλλά μπορεί να ενισχύσει το διαλογισμό μας. Όταν προσφέρουμε ανιδιοτελώς στο όνομα του Θεού, με την προσοχή μας στραμμένη σε Αυτόν και ταυτόχρονα επαναλαμβάνοντας νοερά τα πέντε Φορτισμένα Ονόματα, αργότερα, όταν καθίσουμε για διαλογισμό, τα οφέλη που θα λάβουμε από τη seva που κάναμε θα είναι σαν και αυτά που θα είχαμε λάβει, αν σε αυτό το διάστημα κάναμε διαλογισμό. Αυτό θα δώσει μια μεγάλη πνευματική ώθηση στο διαλογισμό μας. Το να θέλουμε αυτήν την πνευματική ώθηση στον διαλογισμό μας δεν είναι κάτι εγωιστικό, αλλά ούτε σημαίνει ότι θέλουμε κάποια ανταμοιβή. Όταν κάνουμε σέβα για να θυμηθούμε τον Θεό και να βοηθήσουμε την ψυχή μας, η ανταμοιβή που θα λάβουμε δε δημιουργεί κάρμα. Κάνουμε ανιδιοτελή προσφορά, γιατί μας δίνεται η ευκαιρία μέσω αυτής να βοηθήσουμε το έργο του Θεού. Η ανιδιοτελής προσφορά διευρύνει την ψυχή μας και μας βοηθά να εξελιχθούμε πνευματικά.

Αν προσφέρουμε, έχοντας τη σωστή εσωτερική στάση, δε θα δημιουργήσουμε νέο κάρμα και θα μείνουμε εστιασμένοι στον Θεό. Όταν διαλογιζόμαστε, θα δρέπουμε τους καρπούς από τη σέβα που θα έχουμε κάνει. Και μέρα με τη μέρα, θα παρατηρούμε ότι η ταχύτητα με την οποία εξελισσόμαστε πνευματικά θα είναι μεγαλύτερη.

Ας ζήσουμε τις ζωές μας προσφέροντας στους άλλους, σύντομα θα αντιληφθούμε ότι αυτό θα μας διαποτίσει με τη χαρά και την ευλογία της ανιδιοτέλειας, ότι η ψυχή μας θα γίνεται αγνή και έτσι θα ενωθούμε πιο γρήγορα και πάλι με τον Θεό.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Προσθέστε στο καθημερινό σας πρόγραμμα κάποιες δραστηριότητες στις οποίες προσφέρετε ανιδιοτελώς. Παρατηρήστε την Εσωτερική σας στάση και δείτε αν μπορείτε να προσφέρετε, δίχως να περιμένετε κάποια υλική ή οικονομική ανταμοιβή, δόξα ή δύναμη. Δείτε αν μπορείτε να προσφέρετε, δίχως να επιθυμείτε κάποια ανταμοιβή για τον εαυτό σας. Έπειτα, σημειώστε πώς μια τέτοια ανιδιοτελής προσφορά σας κάνει να νιώθετε.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΤΑΣΗ

Μόλις μια φωτιά πρωτοανάψει, η φλόγα χρειάζεται προστασία για να μη σβήσει. Ομοίως, και εμείς χρειάζεται να φροντίσουμε τη σπίθα του φωτός που φέγγει μέσα μας και είναι η ψυχή μας. Ένας πνευματικός Διδάσκαλος παρέχει προστατευτική ασπίδα γύρω από τη σπίθα μας, διαφυλάσσοντάς την μέσω μιας πνευματικής συγκέντρωσης ανθρώπων που ονομάζεται σάτσανγκ. «Σάτσανγκ» κυριολεκτικά σημαίνει «επικοινωνία με την Αλήθεια». Είναι μια συγκέντρωση όπου μπορούμε να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε ως ψυχές, το εάν υπάρχει Θεός και πώς να κάνουμε διαλογισμό, προκειμένου να βιώσουμε αυτές τις αλήθειες αυτοπροσώπως.

α) ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΣΑΤΣΑΝΓΚ

Κάποιοι ίσως ρωτήσουν «Ποιος είναι ο σκοπός να συγκεντρωνόμαστε στα σάτσανγκ κάθε εβδομάδα; Για ποιο λόγο ορισμένοι να ταξιδεύουμε μακριά από τα σπίτια μας για ένα εβδομαδιαίο σάτσανγκ;» Αυτά τα ερωτήματα μπορεί να ακούγονται λογικά, εάν το σάτσανγκ θεωρηθεί μια απλή διάλεξη που δίδεται από τον οιπονδήποτε ομιλητή ή γίνεται σε ένα μέρος όπου ακούμε ομιλίες, ενώ θα μπορούσαμε να τα διαβάζαμε και εμείς μόνοι μας από ένα βιβλίο. Το σάτσανγκ είναι κάτι πολύ περισσότερο από το λεκτικό περιεχόμενο μιας διάλεξης. Το σάτσανγκ έχει μια πνευματική φόρτιση, μια λεπτοφυή επίδραση που μπορεί να μας ανυψώσει πνευματικά. Μας προστατεύει από τις επιρροές των εγκόσμιων αποσπάσεων που

καθυστερούν την πνευματική μας πρόοδο. Μας βοηθά να διατηρούμε την πνευματική μας φλόγα.

Ποια είναι τα οφέλη του να πηγαίνουμε στα σάτσανγκ; Οι άνθρωποι αναζητούν απαντήσεις για τα μυστήρια της ζωής και του θανάτου. Θέλουν να ανακαλύψουν εάν πράγματι υπάρχει Θεός, εάν υπάρχει ψυχή, εάν υπάρχει ζωή μετά το θάνατο και τι θα μας συμβεί, όταν αυτή η ζωή τελειώσει. Αυτές οι βασικές ερωτήσεις οδηγούν ορισμένους να ερευνήσουν και να γνωρίσουν την πνευματικότητα.

Η πνευματικότητα δεν είναι μόνο μια διανοητική σπουδή. Οι νοητικές απαντήσεις σε ερωτήματα για το μυστήριο της ζωής και του θανάτου δεν είναι ικανοποιητικές, επειδή κάποιος μπορεί να εξακολουθεί να έχει αμφιβολίες για το εάν όλα αυτά είναι αλήθεια ή όχι. Μπορεί κάποιος να αναρωτιέται εάν εκείνοι οι οποίοι συνέγραψαν ή προφορικά έδωσαν απαντήσεις σε αυτά τα πνευματικά ερωτήματα στη διάρκεια των αιώνων έλεγαν αλήθεια. Η μοναδική απάντηση που ικανοποιεί αυτούς που θέλουν αποδείξεις είναι η προσωπική εμπειρία. Μόνον όταν μπορέσουμε να πιστοποιήσουμε εμείς οι ίδιοι την αλήθεια για αυτά που έχουν γραφεί στις Γραφές ή έχουν περιγραφεί προφορικά από αγίους δια μέσου των αιώνων, τότε μόνο πειθόμαστε για κάτι και τότε αποκτούμε πεποίθηση.

Η πνευματικότητα αποδεικνύεται, μόνο όταν έχουμε οι ίδιοι από πρώτο χέρι εμπειρία. Για να επιτευχθεί αυτή η επαλήθευση, χρειάζεται να κάνουμε κάτι περισσότερα από το να διαβάζουμε βιβλία και να ακούμε διαλέξεις. Χρειάζεται να κάνουμε πρακτικές ασκήσεις, ώστε να βιώσουμε οι ίδιοι τις Εσωτερικές πνευματικές αλήθειες. Η διαδικασία των ασκήσεων μας οδηγεί από αυτόν τον εξωτερικό κόσμο στον Εσωτερικό κόσμο. Είναι ένα επιστημονικό πείραμα που πραγματοποιείται σταδιακά βήμα προς βήμα. Ο Διδάσκαλος επιβλέπει αυτά τα βήματα, ώστε να μπορέσουμε να δούμε εμείς οι ίδιοι τις αποδείξεις της Εσωτερικής πνευματικής πραγματικότητας.

Δεν είναι εύκολο να βρούμε τον Θεό. Είναι μια διαδικασία όπου αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο

και την εστιάζουμε Εσωτερικά. Πολλά εγκόσμια θέλγητρα ελκύουν την προσοχή μας εξωτερικά, γι᾽ αυτό χρειάζεται τεράστια δύναμη για να αντισταθούμε στους εξωτερικούς περισπασμούς, που αποτρέπουν την προσοχή μας από το διαλογισμό, ο οποίος έχει ως σκοπό να γνωρίσουμε τον Θεό, να γνωρίσουμε την ψυχή μας και να επιτύχουμε την ένωση των δύο. Για να διατηρήσουμε την προσοχή μας πνευματικά εστιασμένη, οι άγιοι προσφέρουν το δώρο του σάτσανγκ.

Το σάτσανγκ επιφέρει προστασία για να διατηρηθεί η φλόγα και να συνεχίζει να καίει. Η φρενήρης ζωή αφήνει ελάχιστο χρόνο για πνευματικές ασκήσεις, όμως χρειαζόμαστε να βρούμε χρόνο στην καθημερινότητά μας για διαλογισμό.

Το σάτσανγκ παρέχει ένα ιερό μέρος στο οποίο μπορούμε να κλείσουμε την πόρτα στον κόσμο για μια - δυο ώρες και να εστιάσουμε την προσοχή μας στην ψυχή μας και τον Θεό. Σε μια συνάντηση σάτσανγκ, οι άνθρωποι μπορούν να κάνουν διαλογισμό μαζί. Δεν υπάρχουν αποσπάσεις, επειδή όλοι κάνουν διαλογισμό. Ο υπόλοιπος χρόνος στο σάτσανγκ αφιερώνεται στην ακρόαση πνευματικών ομιλιών, που μας υπενθυμίζουν τον αληθινό σκοπό μας στη ζωή. Οι ομιλίες, ο διαλογισμός και η πνευματική φόρτιση του σάτσανγκ επανεστιάζουν τον νου μας πάνω στην σημασία του διαλογισμού, της ηθικής διαβίωσης, της χορτοφαγικής διατροφής, της ανιδιοτελούς προσφοράς και στο να επιτύχουμε την ένωση της ψυχής μας με τον Θεό. Το σάτσανγκ μας δίνει ένα κίνητρο, για να αφιερώνουμε χρόνο στν διαλογισμό για το υπόλοιπο της εβδομάδας μας. Μας παροτρύνει να κάνουμε τις πνευματικές μας ασκήσεις καθημερινά.

Το σάτσανγκ μας αποσπάει από δραστηριότητες που είναι στην πραγματικότητα δευτερεύουσας σημασίας. Εάν ασχολούμαστε όλη την εβδομάδα με εγκόσμιες επιδιώξεις, το σάτσανγκ έλκει την προσοχή μας στην πνευματική πλευρά της ζωής. Το σάτσανγκ είναι ένα ξυπνητήρι για τους ανθρώπους όλων των ηλικιών, για να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο καθημερινά για διαλογισμό και να έρχονται σε επαφή με τον Θεό Εσωτερικά.

β) ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΦΟΡΤΙΣΗ

Ένα ακόμα όφελος του να πηγαίνουμε στο σάτσανγκ είναι η πνευματική ανύψωση που λαμβάνουμε μέσω της Χάρης του Διδασκάλου. Η προσοχή ενός Αγίου μας δίνει μια πνευματική φόρτιση. Όταν ένας Άγιος βάζει την προσοχή του σε εμάς, η ψυχή μας βιώνει ανύψωση. Ίσως οι εξωτερικές μας αισθήσεις να μην αντιλαμβάνονται τι ακριβώς συμβαίνει, όμως η ψυχή μας αναγνωρίζει μια ώθηση από μια πηγή ανώτατης πνευματικής ενέργειας. Όσο περισσότερο δεκτικοί είμαστε, τόσο περισσότερο αντιλαμβανόμαστε αυτή την ώθηση. Είτε το καταλαβαίνουμε στο υλικό επίπεδο είτε όχι, η πνευματικά φορτισμένη προσοχή του Διδασκάλου χαρίζεται σε όλους στον περιβάλλον του σάτσανγκ. Όλοι όσοι παρακολουθούν το σάτσανγκ λαμβάνουν πνευματικό όφελος. Όσοι είναι δεκτικοί νιώθουν τη φορτισμένη ατμόσφαιρα, μόλις μπουν στο χώρο. Δέχονται μια ώθηση που τους βοηθά στους διαλογισμούς τους και κατά τη διάρκεια του σάτσανγκ, αλλά και όταν κάνουν διαλογισμό οπουδήποτε αλλού στη διάρκεια της εβδομάδας. Οι αναζητητές που παρακολουθούν τα σάτσανγκ, για να μάθουν περισσότερα για την πνευματικότητα έχουν επίσης, ως όφελος ένα αίσθημα ειρήνης και γαλήνης και βιώνουν μια πνευματική ανάταση ή ακόμα, δημιουργείται μέσα τους η ανάγκη να βρουν τον Θεό. Ακόμα, κάποιοι αναφέρουν ότι έχουν πνευματικές Εσωτερικές εμπειρίες στη διάρκεια του σάτσανγκ.

Αυτή η φόρτιση δεν παραμένει μόνο κατά τη διάρκεια του σάτσανγκ, μπορεί να διατηρηθεί για όλη την εβδομάδα. Ενώ φροντίζουμε να εκπληρώνουμε τις εγκόσμιες εργασίες και τις υποχρεώσεις μας για το υπόλοιπο της εβδομάδας, το πνευματικό ρεύμα μπορεί να συνεχίσει να ρέει μέσα μας. Νιώθουμε πνευματικά συνδεδεμένοι. Τα προβλήματα του κόσμου δεν μας απασχολούν τόσο πολύ. Μπορούμε να εστιάζουμε την προσοχή μας καλύτερα, όταν καθόμαστε για διαλογισμό. Με το να παρευρισκόμαστε στα σάτσανγκ, ακόμα και οι αγαπημένοι μας μπορούν να παρατηρήσουν μια αλλαγή σε εμάς, καθώς θα αρ-

χίσουμε να συμπεριφερόμαστε πιο ήρεμα, πιο πνευματικά και με τρόπους γεμάτους Αγάπη.

Υπάρχει μια πολύ μεγάλη Χάρη που μας δίδεται στη συντροφιά ενός Αγίου. Δεν έχουμε ιδέα του μεγέθους της Χάρης που μας προσφέρεται από έναν πνευματικό Διδάσκαλο, είτε βρισκόμαστε στη φυσική του παρουσία του, είτε τη δεχόμαστε μέσω της προσοχής Του που ρέει προς εμάς στη διάρκεια ενός σάτσανγκ.

Στο σάτσανγκ, ο Διδάσκαλος μας δείχνει τις παγίδες και τα εμπόδια στη διαδρομή του ταξιδιού που ακολουθούμε. Μας βοηθάει να τα αποφεύγουμε, ώστε να ολοκληρώσουμε το ταξίδι με επιτυχία και στο συντομότερο δυνατό χρόνο, καθώς για να πραγματοποιήσουμε το ταξίδι, έχουμε μόνο έναν περιορισμένο αριθμό χρόνων ζωής. Μεγάλο μέρος της ζωής μας έχει ήδη παρέλθει. Χρειάζεται να πορευθούμε όσο γρηγορότερα μπορούμε στο χρόνο που μας έχει απομείνει. Οι πειραματισμοί και τα λάθη μπορεί να πάρουν χρόνο. Δεν είναι καλύτερα να χρησιμοποιήσουμε μία δοκιμασμένη και αληθινή μέθοδο που θα μας δώσει τα αποτελέσματα που επιθυμούμε;

Στο σάτσανγκ, γίνεται σε εμάς υπενθύμιση των πνευματικών θησαυρών "Εσωτερικά", μέσα μας, για το πώς μπορούμε να κάνουμε την καλύτερη δυνατή χρήση της μύησης που έχουμε λάβει στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Εάν αναζητήσουμε πνευματικά δώρα στον εξωτερικό κόσμο, ο νους μας θα παραμείνει στην αμφιβολία. Μόνο όταν μπούμε Εσωτερικά, μπορούμε να απαλλαχθούμε από όλες τις αμφιβολίες και να διαπιστώσουμε οι ίδιοι ότι είμαστε ψυχή και ότι υπάρχει Θεός. Ο Διδάσκαλος την ώρα της μύησης μας φέρνει σε επαφή με το Φως και τον Ήχο Εσωτερικά, ώστε να μπορέσουμε να επανενωθούμε με τον Θεό. Τότε, μπορούμε να δούμε το Φως του Θεού και να ακούσουμε το θείο Τραγούδι. Αυτό το Τραγούδι που αναφέρεται ως "Λόγος" στη Βίβλο, "Νaάντ" ή "Τζιότι" και "Σρούτι" στις Ινδουιστικές Γραφές, "Σραόσα" στις Ζωροαστρικές Γραφές, "Ηχηρό Φως" στις Βουδιστικές Γραφές, "Νάαμ" ή "Σαμπντ" από τους Σικχ, "Φωνή της Σιγής" από τους Θε-

οσοφιστές και με πολλούς άλλους όρους σε διάφορες ακόμα γλώσσες και πίστεις. Ο Λόγος είναι η Δύναμη του Θεού που εκδηλώνεται μέσα στη Δημιουργία. Αυτή η εμπειρία του Εσωτερικού Φωτός και του Ήχου δε μοιάζει με τίποτα στον υλικό κόσμο. Δεν είναι σαν να διαβάζουμε ένα βιβλίο ή να παίρνουμε ένα πτυχίο. Είναι πέρα από την επικράτεια της γνώσης και της διανόησης. Είναι μια εμπειρία γεμάτη από μεθυστική μακαριότητα, θεία αγαλλίαση, ασύλληπτο Φως. Πέρα από οτιδήποτε θα μπορούσαμε να ακούσουμε σε αυτό τον κόσμο, ακούμε μουσική τόσο ανυψωτική, που καμία εγκόσμια μουσική δεν μπορεί να συγκριθεί μαζί της. Το σάτσανγκ ενισχύει τη σπουδαιότητα του διαλογισμού, ώστε να βρούμε ευκολότερα αυτούς τους θησαυρούς του Εσωτερικού Φωτός και του Ήχου.

γ) ΤΟ ΣΑΤΣΑΝΓΚ ΕΙΝΑΙ ΑΝΟΙΚΤΟ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

Όλοι μας είμαστε παιδιά του ενός Θεού. Το Φως και το Ηχητικό Ρεύμα είναι διαθέσιμα για όλους. Αυτός είναι ο λόγος που το σάτσανγκ ενός Διδασκάλου που διδάσκει το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο είναι ανοικτό για ανθρώπους κάθε θρησκείας, εθνικότητας, κουλτούρας, ηλικίας και κοινωνικής θέσης. Ο Θεός θέλει όλοι να επιστρέψουν Σπίτι. Ακριβώς όπως η μητέρα τρέφει όλα της τα παιδιά, έτσι και ο Θεός έχει φτιάξει το δώρο του Φωτός και του Ήχου να είναι διαθέσιμο για όλους όσους το αναζητούν. Ο Θεός δεν κάνει διακρίσεις μεταξύ των ανθρώπων που ανήκουν σε διαφορετικές θρησκείες ή ακόμα, και σε αυτούς που δηλώνουν αγνωστικιστές ή άθεοι. Ο Θεός δε νοιάζεται για το χρώμα του δέρματός μας αν είναι σκούρο ή ανοικτό ή αν τα μάτια μας είναι μπλε, καφέ πράσινα ή μαύρα. Ο Θεός δε νοιάζεται αν είμαστε πλούσιοι ή φτωχοί, σπουδασμένοι ή αγράμματοι. Ο Θεός παρέχει σε όλους το δρόμο της επιστροφής στο Σπίτι. Το σάτσανγκ είναι ένας προστατευτικός χώρος όπου οι άνθρωποι από όλες τις πίστεις μπορούν να μπουν και να έρθουν σε επαφή με τον Θεό Εσωτερικά, μέσω της εσωστροφής της προσοχής τους. Το

κρασί της Αγάπης του Θεού είναι για όλο τον κόσμο. Οι Άγιοι και οι Διδάσκαλοι έχουν έρθει για να το προσφέρουν χωρίς περιορισμό, ώστε ολόκληρος ο κόσμος να μπορεί να πιει. Οι Διδάσκαλοι με Αγάπη δίνουν το νέκταρ του Φωτός και του Ήχου σε όλους όσους διψούν.

Ο Θεός έχει εμπιστευτεί στους Αγίους την Αποστολή να φέρουν τα χαμένα παιδιά Του πίσω στο Σπίτι. Οι Άγιοι πορεύονται πάνω στη Γη σε αναζήτηση των ψυχών που έχουν πόθο να επιστρέψουν στον Θεό. Πολλοί άνθρωποι έχουν την ιδέα ότι οι Άγιοι έρχονται να πάρουν πίσω μόνο τους αγαθούς. Υπάρχει η λανθασμένη ιδέα ότι κάποιος πρέπει να είναι ήδη τέλειος, για να έρθει στο σάτσανγκ ενός Αγίου. Παρ᾽ όλ᾽ αυτά, εάν ανατρέξουμε στην ιστορία, θα ανακαλύψουμε ότι κάθε Άγιος ήρθε για να βοηθήσει οποιονδήποτε ποθούσε τον Κύριο, είτε ήταν ένα ευσεβές άτομο είτε ήταν αμαρτωλό άτομο.

Υπάρχει μια ιστορία από την ζωή του θεού *(θεότητα)* Κρίσνα. Μια μέρα ο Κρίσνα ήταν προσκεκλημένος σε γεύμα από έναν πλούσιο άνθρωπο. Ο πλούσιος είχε στρώσει όμορφα τραπέζια, διακοσμημένα με πολυτελή πιάτα και σκεύη. Πολλά ειδικά παρασκευασμένα φαγητά είχαν τοποθετηθεί μπροστά στον Κρίσνα. Καθώς κοιτούσε στο τραπέζι, ο Κρίσνα παρατήρησε πως υπήρχε ένα πήλινο πιάτο στο τραπέζι που είχε μάλιστα κι ένα ράγισμα.

Είπε στον οικοδεσπότη: «Θα ήθελα να φάω σε αυτό το πιάτο».

Ο πλούσιος άνθρωπος, βλέποντας το ψεγάδι του πιάτου είπε: « Ω, όχι αγαπημένε μου, μη χρησιμοποιήσεις αυτό το πήλινο πιάτο. Είναι σπασμένο. Χρησιμοποίησε, αντί για εκείνο, αυτό το καλό πιάτο».

Αλλά ο θεός Κρίσνα επέμενε να φάει από το ραγισμένο πιάτο. Το τράβηξε εμπρός του και έβαλε φαγητό μέσα. Μετά άρχισε να τρώει.

Ο πλούσιος άνθρωπος έπεσε στα πόδια του θεού Κρίσνα, συγκινημένος από την κίνησή του, λέγοντας: «Ω Κύριε, φέρεσαι στους ανθρώπους όπως στο πιάτο, διαλέγοντας πρώτα το

σπασμένο».

Ο πλούσιος άνθρωπος ένιωσε ότι εφόσον υπήρχε ελπίδα για το σπασμένο πιάτο, θα έπρεπε να υπάρχει, επίσης, ελπίδα και για τον ίδιο.

Αυτή η ιστορία απεικονίζει το γεγονός ότι οι άγιοι έρχονται για όλους, ακόμα και για τις τσακισμένες, αποκαρδιωμένες και μη τέλειες υπάρξεις που αδημονούν όμως για τον Κύριο. Η δουλειά τους είναι να πάρουν τις αποχωρισμένες ψυχές πίσω στον Θεό. Μιας και μια ψυχή αληθινά επιθυμεί τον Κύριο, οι Άγιοι και οι Διδάσκαλοι τη βρίσκουν και την πάνε στο Θείο Σπίτι. Ο Άγιος Κιρπάλ Σινγκ είπε πολύ όμορφα κάποτε: «*Κάθε Άγιος έχει ένα παρελθόν και κάθε αμαρτωλός έχει ένα μέλλον*». Η φιλευσπλαχνία των Αγίων εκδηλώνεται με το να αφήνουν τα σάτσανγκ τους ανοιχτά για όλους όσους επιθυμούν να επιστρέψουν στον Θεό, ακόμα και αν ζούσαν τη ζωή ενός αμαρτωλού.

Δείτε τη φιλευσπλαχνία του Ιησού Χριστού για την πόρνη. Όταν οι άνθρωποι θέλησαν να τη λιθοβολήσουν για τις αμαρτίες της, ο Ιησούς τους είπε: «*Ο αναμάρτητος πρώτος τον λίθον βαλέτω*». Όταν το είπε αυτό, κανείς δεν τόλμησε να ρίξει πέτρα, επειδή όλοι γνώριζαν ότι κανείς τους δεν ήταν απαλλαγμένος από αμαρτίες.

Το έργο του Διδασκάλου είναι να μας εξαγνίσει και να μας ετοιμάσει, για να πάμε στον Οίκο του Πατρός. Οι γιατροί δεν είναι για τους υγιείς, ανοίγουν τις κλινικές τους για τους αρρώστους. Η δουλειά τους είναι να κάνουν τους αρρώστους καλά. Οι δάσκαλοι δεν είναι για αυτούς που ήδη έχουν διδακτορικό τίτλο σπουδών. Ανοίγουν τις τάξεις τους για αυτούς που χρειάζονται να διδαχθούν. Η δουλειά τους είναι να διδάξουν αυτούς που θέλουν να μάθουν. Παρόμοια, οι Άγιοι δεν είναι εδώ για τους τέλειους. Έρχονται για τους αμαρτωλούς, για να τους κάνουν θεϊκούς.

Κάποιοι άνθρωποι είναι γεμάτοι ενοχές, σκεπτόμενοι πως δεν αξίζουν να λάβουν τα πνευματικά διδάγματα. Αλλά βρισκόμαστε όλοι στο ίδιο καζάνι. Οι Διδάσκαλοι ανοίγουν τα

σάτσανγκ τους για όλους όσους έχουν μια ειλικρινή κραυγή στην καρδιά τους να γνωρίσουν τον Θεό. Αντί να χανόμαστε στις σκέψεις ότι δεν μας αξίζει αυτό ή ότι είμαστε ανίκανοι για πνευματική πρόοδο, χρειάζεται να συνειδητοποιήσουμε ότι οι Διδάσκαλοι είναι φιλεύσπλαχνοι. Η δουλειά μας είναι να ξεχάσουμε το παρελθόν και να μην επαναλαμβάνουμε τα λάθη μας. Οι Διδάσκαλοι διδάσκουν σε όλους πώς να επιστρέψουν στον Θεό, είτε είναι άξιοι είτε δεν είναι άξιοι. Έχουν σταλεί από τον Θεό για όλους.

Δεν πρέπει να ανησυχούμε εάν είμαστε σαν το ραγισμένο πιάτο. Οι Διδάσκαλοι όταν βλέπουν τα σπασμένα δοχεία μας, συγκινούνται από φιλευσπλαχνία. Θέλουν να ανταποκριθούν στο κάλεσμά μας, να φροντίσουν και να αποκαταστήσουν το δοχείο μας. Θα πρέπει να είμαστε ευγνώμονες στους Διδασκάλους για τη Χάρη τους, που βάζουν υπό την προστασία τους ακόμα και αυτούς που έχουν ελαττώματα,. Μιας και φτάνουμε στο χώρο του σάτσανγκ ενός Διδασκάλου, είμαστε στα χέρια του Διδασκάλου και η πρόοδος στο δρόμο της επιστροφής μας στο Σπίτι είναι εξασφαλισμένη. Εναπόκειται στην επιλογή μας εάν θα επισπεύσουμε τη διαδικασία, ακολουθώντας τα βήματα που δίνονται από τον Διδάσκαλο στο σάτσανγκ ή αν θα την καθυστερήσουμε, παραβλέποντας αυτά τα βήματα. Το σάτσανγκ μας δίνει πνευματική ώθηση για να ανυψώσει τους διαλογισμούς μας και επίσης, ορθή κατανόηση των παραγόντων της επανένωσης της ψυχής μας με τον Θεό. Αυτά τα βήματα περιλαμβάνουν το διαλογισμό, την ηθική διαβίωση, τη χορτοφαγική διατροφή, την ανιδιοτελή προσφορά και το να παρακολουθούμε τα σάτσανγκ.

Μια μεγάλη ευκαιρία, για να έρχονται κοντά άνθρωποι όλων των θρησκειών, είναι ο θεσμός του "langar" ή δωρεάν γεύματος, πριν ή μετά το σάτσανγκ. Αυτή η πρακτική άρχισε να εφαρμόζεται από την εποχή του πέμπτου Σικχ Γκουρού, τον Γκουρού Άρτζαν Ντεβ. Εκατοντάδες χρόνια πριν, εφάρμοσε τη δωρεάν σίτιση ή "λάνγκαρ", όπου άνθρωποι όλων των θρησκειών, διαφορετικού οικονομικού υπόβαθρου, κάστας και κοινω-

νικού επιπέδου, μπορούσαν να φάνε δίπλα-δίπλα. Παλαιότερα, ο κόσμος έδινε βάση στις θρησκευτικές και ταξικές διαφορές και άνθρωποι με διαφορετική θέση στην κοινωνία δεν έτρωγαν με αυτούς που ανήκαν σε άλλες ομάδες. Οι Άγιοι έβλεπαν την ενότητα μέσα σε όλους και το έκαναν πρόδηλο αυτό, θέτοντας το παράδειγμα με το να τους φέρνουν κοντά σε κοινά γεύματα, καθώς όλοι ανήκουν στην ίδια οικογένεια του Θεού. Το σάτσανγκ προσφέρει το ίδιο όφελος, δηλαδή φέρνει τους ανθρώπους κοντά, για να προσεύχονται και να διαλογίζονται μαζί ως παιδιά του ενός Θεού.

ε) ΕΝΑΣ ΦΡΑΧΤΗΣ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΑ ΜΙΚΡΑ ΔΕΝΔΡΑ

Όταν κάποιος φυτεύει ένα νέο δένδρο, το νεαρό φυτό κινδυνεύει από τις δυνάμεις τις φύσης που μπορεί να το ρίξουν κάτω. Για να προστατεύσουμε το φυτό, του βάζουμε ένα μικρό πλέγμα γύρω του. Εκτός από το διαλογισμό και την ηθική διαβίωση, το σάτσανγκ, επίσης, προσφέρει ένα προστατευτικό πλέγμα που βοηθά το δέντρο της πνευματικότητάς μας να αναπτυχθεί. Όταν πρωτοερχόμαστε σε επαφή με τα πνευματικά διδάγματα, είναι εύκολο να παραστρατήσουμε και να αποσπαστούμε από το σκοπό μας, εξαιτίας των πολλών πειρασμών που μας βομβαρδίζουν. Το σάτσανγκ παρέχει ένα προστατευτικό τοίχο, που μας υπενθυμίζει να διαλογιζόμαστε. Μας κάνει να προσπαθούμε να ζούμε μια ηθική ζωή. Μας βοηθά να τηρούμε τη χορτοφαγική διατροφή. Μας δίνει την ευκαιρία να εξαγνίζουμε τους εαυτούς μας μέσω της ανιδιοτελούς υπηρεσίας. Στο σάτσανγκ βλέπουμε ότι όλες μας οι απορίες απαντώνται, καθώς τα αναπάντητα ερωτήματα τριβελίζουν τον νου μας και μπορούν να μας ρίξουν σε φαύλο κύκλο. Το σάτσανγκ είναι ένα μέρος όπου μπορούμε να βρούμε απαντήσεις και να εμβαθύνουμε την κατανόησή μας στα πνευματικά διδάγματα. Το σάτσανγκ μας φέρνει σε επαφή με ανθρώπους με την ίδια επιθυμία, να γνωρίσουν τον Θεό. Δυναμώνουμε, κάνοντας παρέα με ανθρώπους που θέλουν να διαλογιστούν και να βρουν

το Θεό. Το δέντρο της πίστης μας εδραιώνεται με το σάτσανγκ και από τη φόρτιση και τις ευλογίες του Αγίου. Γεμίζουμε από τις ρίζες ως τα κλαδιά μας με Αγάπη, Χάρη και πνευματική ανύψωση.

Το σάτσανγκ είναι ένα προστατευτικό καταφύγιο, όπως ένα μαγκάλι που προφυλάγει τις φλόγες από το να εκτίθενται στις βαριές βροχές και τους ανέμους περαστικών καταιγίδων. Η φόρτιση του σάτσανγκ βοηθά να επιταχυνθεί η πρόοδός μας στο Πνευματικό Μονοπάτι, ώστε να μπορέσουμε να επιτύχουμε το στόχο μας που είναι η ένωση της ψυχής μας με τον Θεό.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ

Εάν υπάρχει η δυνατότητα, πηγαίνετε σε μια πνευματική συνάντηση ή σάτσανγκ ή μια συνάθροιση με άλλους ανθρώπους που δείχνουν ενδιαφέρον για την πνευματικότητα. Παρατηρήστε τη διαφορά στο πόσο θα είστε εστιασμένοι στην πνευματικότητα, από τη στιγμή που θα βρεθείτε σε μια τέτοια συνάντηση.

ΜΕΡΟΣ III

Η ΑΙΩΝΙΑ ΦΛΟΓΑ

ΔΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ

Η πνευματική σπίθα μας ανάβει από έναν Πνευματικό Διδάσκαλο την ώρα της Μύησης στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Μετά εμείς διατηρούμε τη φλόγα, όταν μάθουμε να διαλογιζόμαστε, να διάγουμε μια ηθική ζωή, να τηρούμε τη χορτοφαγία και να απέχουμε από το οινόπνευμα, τα μεθυστικά ποτά και τα ναρκωτικά, να προσφέρουμε ανιδιοτελείς εργασίες και να πηγαίνουμε στο Σάτσανγκ. Τελικά, συγχωνεύουμε την ατομική μας σπίθα με την εκτυφλωτική Αιώνια Φλόγα του Θεού, που φωτίζει την ψυχή μας και σκορπίζει Φως σε ολόκληρο τον κόσμο. Μπορούμε να φθάσουμε σε αυτό το τελικό στάδιο, όταν περαιτέρω ανάβουμε τη σπίθα μας, αναπτύσσοντας δεκτικότητα, που σημαίνει ένα κυρίαρχο πάθος, ευγνωμοσύνη και αγάπη.

Η δεκτικότητα είναι ένα άνοιγμα για να δεχθούμε το Φως, την Αγάπη και τη Μακαριότητα της Αιώνιας Φλόγας. Αυτό προϋποθέτει να κρατάμε τους υδατοφράκτες μας ανοικτούς, για να δεχθούμε όλους τους θησαυρούς της Θειότητας.

Δύο αναλογίες μας βοηθούν να καταλάβουμε την κατάσταση της δεκτικότητας. Η μία είναι η εικόνα του άδειου δοχείου και η άλλη είναι η εικόνα ενός υπολογιστή που «κατεβάζει» πληροφορίες.

ΤΟ ΑΔΕΙΟ ΔΟΧΕΙΟ

Το να είναι κανείς δεκτικός είναι σαν να είναι ένα άδειο δοχείο. Αυτό περιγράφει τη στάση που θα έπρεπε να υιοθετή-

σουμε στο διαλογισμό και την πνευματική μας ζωή. Στο διαλογισμό, κανάτες από Θείο Κρασί πνευματικής Αγάπης πέφτουν σαν καταρράκτης μέσα μας από τον Θεό. Αν διαλογιζόμαστε σαν ένα άδειο δοχείο, μπορούμε να δεχόμαστε συνεχώς το Κρασί της Έκστασης.

Ο διαλογισμός θα έπρεπε να είναι μια προσπάθεια χωρίς προσπάθεια. Κλείνουμε τα μάτια μας και απλώς κοιτάζουμε ό,τι βρίσκεται μπροστά μας, χωρίς καμία σκέψη για το τι θα εμφανιστεί ή θα έπρεπε να εμφανιστεί. Όσο πιο σύντομα καθίσουμε σε αυτήν τη στάση, τόσο πιο γρήγορα θα έχουμε Εσωτερική πρόοδο. Έγκειται στον Θεό να αποφασίσει τι θα μας δώσει Εσωτερικά. Για παράδειγμα, μερικές φορές όταν διαλογιζόμαστε, αποσπώμεθα από σκέψεις, όπως το ότι θέλουμε να δούμε ένα ειδικό έγχρωμο φως ή να έχουμε μία Εσωτερική εμπειρία. Ο νους μας είναι τόσο αποφασισμένος να δει αυτό που θέλει να δει, που μας αποσπά από τη συγκέντρωσή μας. Στο διαλογισμό, δε θα έπρεπε να αποσπώμεθα από σκέψεις που γεννιούνται από τον νου μας. Ακόμη και το να καθόμαστε με μία προκατειλημμένη ιδέα για αυτό που θα έπρεπε να δούμε αποτελεί μία απόσπαση από σκέψη. Αν ο νους μας συνεχώς σκέπτεται αυτό που θέλει να δεχθεί στο διαλογισμό, αυτό εμποδίζει την είσοδο της Θείας Χάρης. Είναι σαν να κτυπά την πόρτα μας κάποιος φίλος, αλλά να μην μπορεί να μπει, επειδή εμείς στεκόμαστε στο κατώφλι. Αυτή η ίδια η σκέψη για το τι περιμένουμε να δούμε στο διαλογισμό μας είναι ένα εμπόδιο, επειδή κρατά το νου μας δραστήριο και δεν μπορούμε να εστιάσουμε την προσοχή μας στο Εσωτερικό Φως. Εμείς απλώς πρέπει να καθίσουμε στην Πόρτα και να περιμένουμε. Ο Θεός θα μας γεμίσει με περισσότερη Χάρη και ευλογίες από ό,τι θα μπορούσαμε να είχαμε ποτέ ονειρευθεί. Αν καθίσουμε με ταπεινοφροσύνη και κρατάμε την καρδιά μας ανοικτή για οτιδήποτε ο Θεός θέλει να μας δώσει, κανάτες και κανάτες με τα γλυκά νερά της ζωής θα χυθούν μέσα μας. Το Θείο Κρασί του Φωτός και του Ήχου θα ρέει μέσα σε όλη την ύπαρξή μας και γύρω μας, θα χορτάσουμε με μακαριότητα και θα μεθύσουμε με το Κρασί της πνευματι-

κής Αγάπης. Ο ποιητής Άγιος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ λέει σε ένα στίχο:

«Ποιος είναι ο Οινοχόος που δίνει έκσταση
και ήλθε ανάμεσά μας σήμερα;
Μοιράζει την μία κούπα μετά την άλλη με το
ελιξίριο του Λόγου,
ώστε όλοι να πιουν και να χορτάσουν».

Η λέξη "Οινοχόος" είναι ένας ποιητικός όρος για έναν πνευματικό Διδάσκαλο, ο οποίος κερνά το Θείο Κρασί του Θεού. Ο Οινοχόος κυκλοφορεί μέσα στο Σύμπαν έτοιμος να δώσει το ελιξίριο της ζωής. Ο Θεός θα το δώσει μέσω οποιουδήποτε ανοικτού αγωγού. Εκείνοι που διαλογίζονται και είναι ανοικτοί να δεχθούν το δώρο του Θεού σίγουρα θα το λάβουν. Εκείνοι που είναι απορροφημένοι στις δικές τους σκέψεις αποκλείουν τον εαυτό τους από το να δεχθεί τις πλουσιοπάροχες ευλογίες του Θεού. Όμως, ο Θεός ποτέ δε σταματά την προσπάθεια. Ο Θεός συνεχίζει να στέλνει Θεία Χάρη με την ελπίδα ότι ο κάθε άνθρωπος θα στρέψει την προσοχή του Εσωτερικά για να Τη δεχθεί. Ο Θεός συνεχώς στέλνει Αγάπη και πνευματικές ευλογίες. Εμείς απλώς πρέπει να γυρίσουμε προς τα πάνω το δοχείο μας για να τις πάρουμε.

Το να γίνουμε σαν ένα άδειο δοχείο είναι ένας τρόπος ζωής. Αφορά πέρα από το διαλογισμό την καθημερινή μας διαβίωση. Η σχέση Διδασκάλου και μαθητή είναι βασισμένη σε μια απευθείας εμπειρία. Στην αρχή που πηγαίνουμε σε έναν Διδάσκαλο, βλέπουμε ότι ο Διδάσκαλος είναι όλο καλοσύνη, γλυκύτητα, ευγένεια και στοργή. Με τη συνεχή επαφή, βλέπουμε, επίσης, ότι τα πάντα που διδάσκει ο Διδάσκαλος επιβεβαιώνονται από τις δικές μας εμπειρίες στο Πνευματικό Μονοπάτι. Στη Μύηση, ο Διδάσκαλος μάς δίνει ένα κεφάλαιο για να αρχίσουμε, με τη μορφή Εσωτερικής απόδειξης ότι υπάρχει κάτι πέρα από αυτό το Φυσικό κόσμο. Αυτό το πρωταρχικό κεφάλαιο είναι η επαφή με το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Με καθημερινό διαλογισμό, αυτή η Εσωτερική εμπειρία αυξάνει και βλέπουμε ότι η θεω-

ρητική πλευρά των πνευματικών διδαγμάτων αποδεικνύεται με έμπρακτη απευθείας εμπειρία. Αυτό μας παρακινεί να συνεχίσουμε την άσκηση, για να τελειοποιήσουμε το διαλογισμό, ώστε να μπορέσουμε να ανυψωθούμε πάνω από αυτό το Φυσικό βασίλειο, για να έχουμε την εμπειρία των Εσωτερικών πνευματικών βασιλείων. Με κάθε επιπρόσθετη εμπειρία, συνειδητοποιούμε όλο και περισσότερο ότι αυτό που λέει ο Διδάσκαλος επιβεβαιώνεται με Εσωτερική απόδειξη. Είναι γι᾽ αυτό που οι Διδάσκαλοι λένε να μην πιστεύουμε αυτό που λέει ακόμα και ο Διδάσκαλος, μέχρι να το δούμε και να το βεβαιώσουμε εμείς οι ίδιοι. Ο διαλογισμός αποτελεί την πειραματική διαδικασία με την οποία μπορούμε να αποδείξουμε ότι οι Εσωτερικές εμπειρίες του Φωτός και του Ήχου, των Εσωτερικών πνευματικών βασιλείων, της ψυχής και του Θεού είναι επαληθεύσιμες.

Λίγο-λίγο, ανακαλύπτουμε ότι ο Διδάσκαλος είναι ο καλύτερός μας φίλος, δάσκαλος και οδηγός. Ο Διδάσκαλος θέλει μόνον το καλύτερο για μας. Μας φροντίζει σε όλους τους τομείς της ζωής. Ενώ άλλοι στη ζωή μπορεί να μας προκαλούν πόνο, ο Διδάσκαλος θεραπεύει όλα τα βάσανα και τους πόνους. Αρχίζουμε να συνειδητοποιούμε ότι ο Διδάσκαλος είναι ο αληθινός μας ευεργέτης και αναπτύσσουμε εμπιστοσύνη και πίστη σε Εκείνον.

Όταν έχει εγκατασταθεί αυτή η εμπιστοσύνη και η πίστη, αποκτούμε εμπιστοσύνη σε αυτά που διδάσκει ο Διδάσκαλος. Έτσι αρχίζουμε να ασχολούμαστε με τις πνευματικές ασκήσεις περισσότερο. Γνωρίζουμε ότι όποια καθοδήγηση δίνεται από τον Διδάσκαλο σίγουρα θα μας βοηθήσει, επειδή εμείς επιβεβαιώνουμε αυτό που μας έχει διδαχθεί, με απευθείας εμπειρία μέσω του διαλογισμού.

Ο διαλογισμός, όταν καθόμαστε σαν να είμαστε ένα άδειο δοχείο, είναι η ανώτατη προσευχή. Αυτό σημαίνει ότι δε ζητάμε απολύτως τίποτα, αλλά μόνον περιμένουμε με αγάπη και αφοσίωση για οτιδήποτε ο Θεός θέλει να δώσει. Ο διαλογισμός είναι μία προσευχή μέσω της οποίας γνωρίζουμε ότι ο Θεός θα μας δώσει αυτό που είναι το καλύτερο για εμάς.

Πάνω σε αυτό υπάρχει μία ιστορία για έναν άνθρωπο που προσευχόταν στον Θεό, λέγοντας: «Θεέ, σε παρακαλώ, μίλησέ μου». Ενώ προσευχόταν, ένα πουλί πάνω σε ένα δένδρο άρχισε να τιτιβίζει και να κελαηδά. Όμως ο άνθρωπος δεν το άκουσε.

Ο άνθρωπος συνέχισε να προσεύχεται λέγοντας: «Θεέ, μίλησέ μου». Ξαφνικά μία βροντή βρόντηξε και μία αστραπή έλαμψε στον ουρανό. Αλλά ο άνθρωπος δεν το πρόσεξε.

Τη νύκτα, ο άνθρωπος κάθισε ξανά για προσευχή και είπε: «Θεέ, άφησέ με να σε δω». Ένα άστρο έλαμψε ζωηρά στον ουρανό. Όμως ο άνθρωπος δεν το είδε.

Ο άνθρωπος έχασε την υπομονή του και κραύγασε: «Θεέ, δείξε μου ένα θαύμα». Εκείνη τη στιγμή, ένα μωρό γεννήθηκε σε έναν γείτονα και έβγαλε την πρώτη του κραυγή ζωής. Αλλά ο άνθρωπος δεν το πρόσεξε.

Την επόμενη μέρα, ο άνθρωπος βγήκε έξω και ενώ περπατούσε, προσευχήθηκε σιωπηλά στον Θεό: «Θεέ, άγγιξέ με και κάνε με να καταλάβω ότι είσαι εδώ μαζί μου». Ξαφνικά, μία πεταλούδα προσγειώθηκε στο μπράτσο του ανθρώπου. Αλλά ο άνθρωπος την έδιωξε.

Ο άνθρωπος τελικά κραύγασε: «Θεέ, χρειάζομαι τη βοήθειά Σου». Τότε δέχθηκε ένα γράμμα από έναν φίλο που έλεγε πως ανακάλυψε τον τρόπο για να βρει τον Θεό, αλλά ο άνθρωπος έσκισε το γράμμα και το πέταξε. Απελπισμένος έκλαψε και έκλαψε, κάνοντας μία τελευταία επίκληση στον Θεό να επικοινωνήσει μαζί του.

Τελικά, ο Θεός εμφανίστηκε στον άνθρωπο σε ένα όραμα και είπε: «Μη φοβάσαι, υιέ μου, σε αγαπάω, αλλά χάνεις τις ευλογίες μου, επειδή αυτές δεν εμφανίζονται με τη μορφή που εσύ τις περιμένεις!»

Αυτή η ιστορία περιγράφει την κατάστασή μας. Προσευχόμαστε στον Θεό, αλλά επειδή θέλουμε οι ευλογίες να έλθουν με τον τρόπο που εμείς θέλουμε, χάνουμε τις ευλογίες που ο Θεός στέλνει. Στην προσευχή μας συμπεριλαμβάνουμε ένα εγχειρίδιο οδηγιών, λέγοντας στον Θεό πώς θέλουμε να έλθουν οι ευλογίες. Όταν δεν έλθουν με τον τρόπο που εμείς θέλουμε,

παραβλέπουμε το γεγονός ότι ο Θεός μας έστειλε την ευλογία. Όταν αργότερα στη ζωή σκεφθούμε ξανά την ευλογία, συνειδητοποιούμε ότι εκείνο που μας έστειλε ο Θεός ήταν πολύ καλύτερο από αυτό που εμείς είχαμε φανταστεί ή ζητήσει. Μερικές φορές ζητάμε κάτι που δεν είναι πραγματικά καλό για εμάς ή όχι τόσο καλό, όσο αυτό που ο Θεός πραγματικά θέλει να μας δώσει. Αντί για αυτό, ας μάθουμε να είμαστε δεκτικοί σε αυτό που ο Θεός μας στέλνει. Αν είμαστε υπομονετικοί και περιμένουμε, θα λάβουμε πολύ περισσότερα από ό,τι είχαμε ζητήσει. Θα δούμε ότι ο Θεός θα μας δώσει μεγαλύτερα δώρα από ό,τι μπορούσαμε ποτέ να ονειρευτούμε. Αν είμαστε υπομονετικοί και ήρεμοι, θα συνειδητοποιήσουμε ότι ο Θεός γνωρίζει ποιο είναι το καλύτερο για εμάς.

Η παραδοχή δεν έρχεται εύκολα. Στην αρχή, αρχίζουμε προσευχόμενοι για το ένα πράγμα ή το άλλο. Το να προσευχόμαστε για κάτι συγκεκριμένο έχει τις παγίδες του. Μερικές φορές μπορεί η προσευχή μας να εισακουσθεί αμέσως και άλλες φορές καθόλου. Αν δεν πάρουμε αυτό που θέλουμε, υπάρχει ο κίνδυνος να απογοητευτούμε και να πάθουμε κατάθλιψη. Χάνουμε την πίστη μας και νιώθουμε ότι ο Θεός δεν μας άκουσε και δεν ανταποκρίνεται. Αλλά όταν δεν προσευχόμαστε για τίποτα άλλο παρά μόνο για ό,τι ο Θεός θέλει να μας δώσει, δεν υπάρχει κίνδυνος απογοήτευσης.

Παίρνει χρόνο για να αναπτυχθούμε σε τέτοιο σημείο, ώστε να μπορούμε να προσευχόμαστε με αυτό τον τρόπο. Πρέπει πρώτα να αναπτυχθούν η πίστη και η εμπιστοσύνη μας στον Θεό. Αυτό γεννιέται από τις εμπειρίες μας. Όταν αυτό αναπτυχθεί, τότε χαλαρώνουμε και θέτουμε τον εαυτό μας στη φροντίδα του Θεού. Έχουμε την εμπιστοσύνη ότι ο Θεός θα δράσει σαν φίλος, ευεργέτης και προστάτης μας.

«Γλυκό είναι το Θέλημά Σου», είναι η ανώτατη στάση δεκτικότητας. Αυτή είναι μία κατάσταση όπου ο νους μας ακινητοποιείται και το εγώ μας είναι σε ηρεμία. Αυτό περιγράφεται καλύτερα από την έκφραση: «Άνθρωπος μείον νους ίσον Θεός. Θεός συν νους ίσον άνθρωπος». Σε αυτή την κατάσταση, τί-

ποτα δεν παρεμβαίνει μεταξύ του Θεού και του ανθρώπου. Γινόμαστε ένα άδειο δοχείο και τα καθαρά νερά της Θειότητας μπορούν να ρέουν ανεμπόδιστα μέσα μας. Δεν υπάρχει καμία απόσπαση, κανένας χωρισμός και καμία δυαδικότητα. Η Δύναμη του Θεού διαπερνά ολόκληρο το είναι μας. Σε αυτή την κατάσταση, συγχωνευόμαστε ξανά με τον Θεό.

Για να αντλήσουμε το μεγαλύτερο όφελος από τις ευλογίες που μας δίνονται από τον Θεό, θα έπρεπε να υιοθετήσουμε αυτή την ταπεινή στάση του άδειου δοχείου. Αν ο νους μας αδειάσει από τις ακατάπαυστες επιθυμίες και αποσπάσεις του, θα είμαστε ανοικτοί για να δεχθούμε το ένα κύμα μετά το άλλο, τη μία κανάτα μετά την άλλη της γλυκιάς Του Χάρης και θα δούμε τον εαυτό μας να πραγματοποιεί την ένωση με τον Θεό στο συντομότερο δυνατό χρόνο.

«ΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΣ» ΤΟΝ ΘΕΟ

Μπορούμε, επίσης, να συγκρίνουμε τη δεκτικότητα με τον τρόπο που ένας υπολογιστής λαμβάνει πληροφορίες. Η δεκτικότητα είναι μία κατάσταση στην οποία «λαμβάνουμε» τον Θεό μέσα μας. Δυστυχώς, εμείς αντί να «λαμβάνουμε» τον Θεό, «λαμβάνουμε» τον κόσμο μέσα μας. Πώς μπορούμε να «λαμβάνουμε» τον Θεό αντί για τον κόσμο, για να έχουμε περισσότερα πνευματικά οφέλη;

Σκεφθείτε πώς εργάζεται ένας υπολογιστής. Ένας υπολογιστής αρχίζει με ένα βασικό λογισμικό (hardware). Από μόνος του δεν μπορεί να κάνει τίποτα. Για να λειτουργήσει, πρέπει να «ληφθούν» από αυτόν προγράμματα λογισμικού. Αυτά τα λογισμικά προγράμματα εκτελούν διαφορετικές εργασίες και λειτουργίες. Αν και όλοι οι υπολογιστές είναι βασικά ίδιοι, λειτουργούν διαφορετικά βασισμένοι στο διαφορετικό λογισμικό που «έχει ληφθεί» από αυτούς.

Οι άνθρωποι είμαστε σαν το λογισμικό των υπολογιστών. Είμαστε όλοι γεννημένοι με τον ίδιο εξοπλισμό λειτουργίας. Έχουμε ένα φυσικό σώμα με τα βιολογικά του συστήματα και

με τον εγκέφαλο που λαμβάνει πληροφόρηση από τον εξωτερικό κόσμο και το σώμα μέσω των αισθήσεων. Αυτό που μας κάνει διαφορετικούς είναι το είδος της εισαγωγής των δεδομένων που «λαμβάνουμε» (download) μέσα μας στην πορεία της ζωής μας. Όλοι μας «λαμβάνουμε» διαφορετικούς τύπους δεδομένων από τον κόσμο. Οι περισσότεροι άνθρωποι «λαμβάνουν» μόνον πληροφόρηση που προέρχεται από το σώμα τους, τις αισθήσεις και τον εξωτερικό κόσμο.

Η δεκτικότητα είναι το να «κάνουμε λήψη» από τον Θεό αντί από προγράμματα αυτού του κόσμου. Η ψυχή δεν ενδιαφέρεται στο «να κάνει λήψη» του κόσμου με τις απολαύσεις και τις διασκεδάσεις του. Θέλει «να κάνει λήψη» του Θείου και της Μακαριότητας, της Αγάπης και της έκστασής Του.

Για να το απεικονίσουμε αυτό, υπάρχει μία ιστορία για έναν μαθητή, ο οποίος πήγε σε έναν πνευματικό Διδάσκαλο και του ζήτησε να βρει ποιος ήταν ο "πιο αφοσιωμένος του Θεού". Αυτός ο μαθητής νόμιζε ότι ο ίδιος ήταν ο πιο αφοσιωμένος και έμεινε έκπληκτος όταν ανακάλυψε ότι υπήρχε κάποιος ακόμα πιο αφοσιωμένος από εκείνον.

Ο Διδάσκαλος του είπε: «Θα σου πω να πας σε ένα τόπο και εκεί θα βρεις κάποιον πιο αφοσιωμένο από εσένα». Δόθηκαν οι καθοδηγήσεις στο μαθητή και αυτός ξεκίνησε να βρει αυτόν τον πολύ αφοσιωμένο άνθρωπο.

Όταν ο μαθητής έφθασε στον τόπο, νόμιζε ότι είχε χαθεί ή ότι του είχε δοθεί λάθος διεύθυνση. Δεν υπήρχε κανένα σπίτι. Δεν υπήρχε κανένα κτίριο. Δεν υπήρχαν δρόμοι. Ήταν ένα σημείο μέσα στη φύση, περιβαλλόμενο από δένδρα και μία λίμνη εκεί κοντά. Σκέφθηκε ότι τον έστειλαν σε ένα αγριότοπο, επειδή δεν υπήρχαν άνθρωποι εκεί κοντά να ρωτήσει.

Κοίταξε τριγύρω και το μόνο που είδε ήταν ένα πουλί που καθόταν σε ένα κλαδί δένδρου. Συνέχισε με το βλέμμα του να ψάχνει, αλλά κανένας άνθρωπος δεν εμφανίστηκε. Ήταν μόνο ο ίδιος και το πουλί. Καθώς ήταν κουρασμένος από το ταξίδι, κάθισε στη σκιά του δένδρου. Ενώ καθόταν εκεί, κοίταξε από πιο κοντά το πουλί. Πρόσεξε ότι το πουλί πέθαινε τελείως της

πείνας και της δίψας. Το πουλί ήταν αδύναμο και έμοιαζε πως θα αναποδογύριζε και θα πέθαινε από στιγμή σε στιγμή.

Αισθάνθηκε λύπη για το πουλί και θέλησε να δώσει στο πουλί λίγο νερό από τη λίμνη που ήταν εκεί κοντά ενώ σκέφθηκε: «Μου φαίνεται παράξενο πώς ένα πουλί που πεθαίνει της δίψας δεν πετάει λίγα μέτρα πιο μακριά όπου υπάρχει νερό μέσα σε μία λίμνη». Πήρε, λοιπόν, μία χούφτα νερό και πλησίασε το πουλί. Το πουλί όμως δεν πέταξε κάτω από το δέντρο, για να πιει το νερό μέσα από την χούφτα του.

Τελικά ο άνθρωπος φώναξε δυνατά τις σκέψεις του: «Έ, πουλί! Ποιο είναι το πρόβλημά σου; Πεθαίνεις από δίψα και εδώ είναι μία λίμνη λίγα μέτρα μακριά. Γιατί δεν πίνεις από αυτή;»

Ο άνθρωπος έμεινε κατάπληκτος, όταν άκουσε το πουλί να του απαντάει και να του λέει: «Σε ευχαριστώ, αλλά δεν πίνω αυτό το είδος του νερού. Πίνω μόνον αγνές σταγόνες βροχής από τα ουράνια και αυτό είναι το μόνο που θέλω. Αν δεν τις έχω, δεν συμβιβάζομαι με κανένα άλλο νερό, όπως με το νερό αυτής της λίμνης. Το νερό αυτό δε θα με ικανοποιήσει. Θα περιμένω τη βροχή, καθώς ξεδιψώ μόνον με αγνό νερό από πάνω».

Ο άνθρωπος τότε συνειδητοποίησε γιατί αυτό το πουλί ήταν πιο αφοσιωμένο από τον ίδιο. Ήταν εστιασμένο μόνον σε ένα πράγμα – στο πιο αγνό νερό της βροχής. Θα περίμενε και θα δεχόταν μόνον αυτό το νερό, για να σβήσει τη δίψα του.

Το πουλί συμβολίζει την ψυχή μας. Η ψυχή μας έχει ικανοποίηση μόνον με την ένωση της με τον Θεό. Δεν ικανοποιείται με τίποτα που να ανήκει σε αυτό τον κόσμο.

Αν ταυτιστούμε με τον αληθινό μας εαυτό, την ψυχή, το «χειριστή του υπολογιστή» του σώματός μας και του εγκεφάλου μας, και εμείς, επίσης, θα διαπιστώσουμε ότι, «κάνοντας λήψη» αυτού του κόσμου, δεν νιώθουμε πληρότητα. Η ψυχή τρέφεται μόνον από την Αγάπη και το Φως του Θεού.

Για να έχουμε αληθινή πληρότητα, χρειάζεται να «κάνουμε λήψη» του Θεού. Πώς μπορούμε να το κάνουμε αυτό; Ο διαλογισμός είναι η διαδικασία, για να «κάνουμε λήψη» του Θεού. Όταν διαλογιζόμαστε, η ψυχή μας έρχεται σε επαφή με τη δο-

νούμενη Αρχή του Θεού, το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου. Το σημείο σύνδεσης είναι στο Τρίτο ή το Μοναδικό Μάτι, μεταξύ και πίσω από τα δύο φρύδια. Όταν βάζουμε την προσοχή μας εκεί, αρχίζουμε τη διαδικασία της «λήψης», κατά την οποία συνδεόμαστε με το Φως και τον Ήχο του Θεού. Όταν αυτή ολοκληρωθεί, τότε συνδεόμαστε με ολόκληρο το δίκτυο του Θεού. Συγχωνευόμαστε με το Φως και τον Ήχο και μπορούμε να ταξιδέψουμε πάνω σε αυτό το Ρεύμα μέσα από όλα τα βασίλεια της Δημιουργίας, υπερβαίνοντας τα βασίλεια της ύλης, για να εισέλθουμε στα βασίλεια του πνεύματος. Το απώτατο τέλος του ταξιδιού είναι να συγχωνευθούμε ξανά με τον Θεό, τον άπειρο Ωκεανό της συνειδητότητας και της Αγάπης.

Όταν «κάνουμε λήψη» του Θεού μέσα στο σύστημά μας, στην πραγματικότητα, συγχωνεύουμε την πραγματική μας φύση ξανά με την Πηγή της. Τότε αντλούμε μέσα από την αιώνια Σοφία, την Αθανασία, τη Μακαριότητα, την Ευτυχία, την Ειρήνη και την Θεία Αγάπη. Υπερβαίνουμε αυτόν τον κόσμο του πόνου και των βασάνων, για να εισέλθουμε σε ένα βασίλειο όπου δεν υπάρχει θάνατος, δεν υπάρχει πόνος και δεν υπάρχουν βάσανα. Βιώνουμε μία έκσταση και Αγάπη που είναι άγνωστες σε εμάς μέσα σε αυτό το φυσικό κόσμο.

Ο διαλογισμός είναι η ώρα που «κάνουμε λήψη» του Θεού. Όμως, τι κάνουν οι πιο πολλοί από εμάς στο διαλογισμό; Αφού ακινητοποιήσουν το σώμα, αντί να ακινητοποιήσουν και το νου, συνεχίζουν να «κάνουν λήψη» του κόσμου. Εδώ είναι που αρχίζει το πρόβλημα, γιατί σκεπτόμαστε την ώρα του διαλογισμού και κάνουμε «λήψη» (download) του παρελθόντος μας. κάνουμε «λήψη» των επιθυμιών μας για το μέλλον. Κάνουμε «λήψη» των σκέψεών μας, όπως του θυμού, της λαγνείας, της απληστίας, της προσκόλλησης και του εγωισμού. Κάνουμε «λήψη» των επιθυμιών των αισθήσεών μας. Αντίθετα, δεκτικότητα είναι να κάνουμε «λήψη» μόνο αυτών που μας δίνει ο Θεός την ώρα του διαλογισμού μας.

Όμως, για να κάνουμε «λήψη» του Θεού, χρειάζεται να κρατάμε τον νου μας ακίνητο. Ο πνευματικός Διδάσκαλος εί-

ναι ένας Αρχιπρογραμματιστής, ο οποίος μπορεί να κάνει τη σύνδεσή μας με το Φως και τον Ήχο. Η Μύηση είναι όπως ένας ειδικός του υπολογιστή, ο οποίος συνδέει τον υπολογιστή μας με τα προγράμματα που χρειαζόμαστε. Ο Διδάσκαλος μπορεί να μας βοηθήσει να κάνουμε «λήψη» του Θεού, διδάσκοντάς μας την τεχνική του διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Γι᾽ αυτό το λόγο οι Διδάσκαλοι στη Μύηση δίνουν Πέντε Ιερές Λέξεις να επαναλαμβάνουμε, οι οποίες είναι πνευματικά φορτισμένες από την προσοχή τους. Η άσκηση του διαλογισμού που ονομάζεται Simran, που σημαίνει «σιωπηλή επανάληψη» αυτών των Λέξεων, έχει μία ειδική λειτουργία. Η επανάληψη αυτών των Λέξεων βοηθά την προσοχή μας να αποσυρθεί από το «λειτουργικό σύστημα» του σώματος και του νου και να ανυψωθεί σε ένα σημείο, όπου μπορούμε να κάνουμε «λήψη» του Ρεύματος του Φωτός και του Ήχου, που θα μας συνδέσει με την Πηγή όλης της Αγάπης, της Σοφίας, της Μακαριότητας, και αυτό λέγεται Θέωση.

Όταν δίνουμε προσοχή στις σκέψεις μας στη διάρκεια του διαλογισμού, κάνουμε «λήψη» του κόσμου. Όταν δε σκεπτόμαστε, αλλά κρατάμε τον νου μας ακίνητο, μπορούμε να κάνουμε «λήψη» του Θεού. Η επανάληψη των πνευματικά φορτισμένων Λέξεων από έναν Διδάσκαλο εμποδίζει τον νου να παρεμβαίνει. Τότε, μπορούμε να είμαστε ανοικτοί και δεκτικοί, για να δεχθούμε το Φως και τον Ήχο μέσα μας.

Όταν διαλογιζόμαστε και αποσπώμεθα από σκέψεις, μπορούμε να σταματήσουμε τις σκέψεις μας στο πέρασμά τους και να ρωτήσουμε: «Θέλω να κάνω «λήψη» εγκόσμιων σκέψεων ή θέλω να διαλογιστώ; Αυτή η απλή υπενθύμιση μπορεί να μας φέρει πίσω στην επανάληψη του simran και στην εστίαση της προσοχής μας Εσωτερικά. Κάθε φορά που παρεμβαίνουν σκέψεις, μπορούμε να ρωτήσουμε τον εαυτό μας αν θέλουμε να αναλώνουμε το διαλογισμό μας σκεπτόμενοι ή να τον αφιερώνουμε στο να είμαστε δεκτικοί, για να κάνουμε «λήψη» του μηνύματος που θέλει ο Θεός να μας στείλει. Αν μπορούμε να εξασκήσουμε τον εαυτό μας να το κάνει αυτό, θα αποκτήσουμε

μία συνήθεια. Αυτή η συνήθεια είναι ότι ο νους θα παραμένει ακίνητος στη διάρκεια της ώρας του διαλογισμού. Τότε, θα δούμε γρήγορα αποτελέσματα στον διαλογισμό μας και θα κολυμπάμε μέσα στον Ωκεανό της Αγάπης και της Μακαριότητας.

Έχουμε όλη τη διάρκεια της ημέρας, όταν δεν διαλογιζόμαστε, να περνάμε τον χρόνο μας σκεπτόμενοι τις υποθέσεις μας. Όταν όμως καθόμαστε για διαλογισμό, δεν θέλουμε να χάνουμε αυτόν το χρόνο κάνοντας «λήψη» των σκέψεων του κόσμου. Θέλουμε να είμαστε ανοικτοί, για να κάνουμε «λήψη» αυτού που ο Θεός μας στέλνει. Όταν είμαστε απορροφημένοι μέσα στο Φως και τον Ήχο, ανυψωνόμαστε από τη συνειδητότητα αυτού του κόσμου στην πνευματική συνειδητότητα, με την οποία αφυπνιζόμαστε στα Εσωτερικά πνευματικά βασίλεια. Τότε, ανυψωνόμαστε μέσω του Αστρικού, του Αιτιατού και του Υπεραιτιατού βασιλείου και τέλος, φθάνουμε στην πνευματική περιοχή του Σατς Καντ, από όπου εκπορεύεται η Πηγή της Δημιουργίας, ο Θεός.

Η δεκτικότητα – το να είμαστε σαν ένα άδειο δοχείο, ή να είμαστε σαν έναν υπολογιστή που κάνει «λήψη» του Θεού – μας δίνει την ικανότητα να δεχθούμε τους αιώνιους θησαυρούς του Θεού και μας βοηθά να κολυμπάμε μέσα στον Ωκεανό του ανέσπερου Φωτός, της Μουσικής, της Αγάπης, της Ειρήνης, της Χαράς και της Μακαριότητας.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ

Παρακολουθήστε τις σκέψεις σας ολόκληρη την ημέρα. Σημειώστε πόσος χρόνος αφιερώνεται στο να κάνουμε «λήψη» (download) του κόσμου και πόσος χρόνος αφιερώνεται στο να κάνουμε «λήψη» του Θεού ή της πνευματικότητας.

Κάνετε μία υπόσχεση, να αυξάνετε καθημερινά το χρόνο κατά τον οποίο είσαστε απορροφημένοι στον Θεό ή στην ψυχή και σημειώστε οποιεσδήποτε διαφορές παρατηρήσετε στην καθημερινή σας ζωή μέσα στο χρόνο.

ΚΥΡΙΑΡΧΟ ΠΑΘΟΣ

Για να αναζωπυρώσουμε τη φλόγα της ψυχής μας, ώστε να συγχωνευτεί με την Αιώνια Φλόγα, απαιτείται ένα κυρίαρχο πάθος. Το κυρίαρχο πάθος μάς δίνει την επιθυμία να επιμένουμε σε κάτι μέχρι να φθάσουμε στο στόχο μας. Αφού μάθουμε το διαλογισμό στο Φως και τον Ήχο, μέσω της Χάρης του Διδασκάλου, αφού διάγουμε μία ηθική ζωή και παραμένουμε δεκτικοί στις Εντολές του Θεού, η επόμενη πρόκληση είναι να εκτελούμε τις πνευματικές μας ασκήσεις καθημερινά, για να έχουμε γρηγορότερα αποτελέσματα. Η ικανότητα να παραμένουμε εστιασμένοι και προσηλωμένοι στην καθημερινή άσκηση του διαλογισμού, απαιτεί να αναπτύξουμε ένα κυρίαρχο πάθος. Όταν κάτι είναι ρουτίνα και γίνεται μηχανικά, είναι εύκολο είτε να σταματήσουμε να αφιερώνουμε συνεχώς χρόνο σε αυτό, είτε να το εγκαταλείψουμε τελείως. Το κυρίαρχο πάθος είναι ένας από καρδιάς βοηθητικός παράγοντας για επιτυχία στο διαλογισμό. Ο Ωκεανός της Αγάπης, του Φωτός και της Μακαριότητας περιμένει. Χρειάζεται να έχουμε ένα κυρίαρχο πάθος, για να βουτήξουμε μέσα σε αυτό τον Ωκεανό και να λουστούμε με τη Θεότητα.

Υπάρχουν πολλά παραδείγματα πώς το κυρίαρχο πάθος είναι αναγκαίο για την επιτυχία ακόμα και στα διάφορα ανθρώπινα επαγγέλματα.

Ένας ηλεκτρολόγος-μηχανολόγος αφιερώνει πολλά χρόνια σπουδών, για να επινοήσει και να σχεδιάσει τεχνικά ή ιατρικά μηχανικά μέσα, υπολογιστές, αυτοκίνητα, αεροπλάνα ή διαστημόπλοια. Για να υπάρξει επιτυχία σε ένα τομέα εργασίας,

χρειάζεται μεγάλο πάθος και ακόμα, χρειάζεται να αφοσιωθεί κανείς σε αυτόν.

Υπάρχει ένα σχετικό παράδειγμα από τη ζωή του Θωμά Έντισον που ήταν αποφασισμένος να βρει ένα λεπτό νήμα για τον λαμπτήρα πυράκτωσης που είχε εμπνευστεί και σχεδιάσει. Είχε δοκιμάσει, χωρίς επιτυχία, πάρα πολλά υλικά για την κατασκευή λεπτών νημάτων πυράκτωσης.

Όταν κάποιος του είπε: «Απέτυχες 999 φορές, γιατί επιμένεις;», ο Έντισον απάντησε: «Δεν απέτυχα, ανακάλυψα 999 υλικά που δεν είναι κατάλληλα γι᾽ αυτή τη δουλειά».

Υπάρχει και ένα άλλο παράδειγμα της αφοσίωσης του Θωμά Έντισον. Συνήθιζε να εργάζεται για πολλές ώρες μέσα στο επιστημονικό του εργαστήριο. Η σύζυγός του ανησυχούσε, επειδή ο άνδρας της εργαζόταν καθημερινά και πολύ σκληρά, χωρίς καμία διακοπή και γι᾽ αυτό, κάποια μέρα, όταν επέστρεψε στο σπίτι, του είπε: «Αγαπημένε μου, ανησυχώ, γιατί εργάζεσαι μέχρι εξαντλήσεως! Έχεις εργαστεί πολύ διάστημα και σκληρά χωρίς ανάπαυση. Θα πρέπει να πας διακοπές».

Ο Θωμάς Έντισον ρώτησε: «Πού στην ευχή να πάω;»

Η σύζυγός του απάντησε: «Αποφάσισε σε ποιο μέρος του κόσμου θα προτιμούσες περισσότερο να είσαι και πήγαινε εκεί».

Ο Θωμάς Έντισον σκέφθηκε για μια στιγμή και είπε: «Εντάξει, θα πάω αύριο».

Το επόμενο πρωί, η σύζυγός του τον είδε να ετοιμάζει τον ταξιδιωτικό του σάκο. Όταν έφθασε το αμάξι για να τον πάρει, η σύζυγός του τον ρώτησε με ανυπομονησία να μάθει πού θα πήγαινε στις διακοπές του. Προς κατάπληξή της, τον άκουσε να λέει στον οδηγό: «Θα πάω διακοπές στον τόπο που θα ήθελα να είμαι περισσότερο από οπουδήποτε αλλού στον κόσμο».

Ο οδηγός τον ρώτησε: «Πού είναι αυτός ο τόπος;»

Ο Θωμάς Έντισον του απάντησε: «Πήγαινέ με στο εργαστήριό μου».

Αυτό το ανέκδοτο δείχνει το είδος του πάθους που είναι αναγκαίο, για να κατορθώσει κανείς μεγάλα επιτεύγματα στον τομέα του.

Σκεφθείτε πόση εκπαίδευση χρειάζεται για να γίνει κάποιος γιατρός. Οι φοιτητές περνούν πολλά χρόνια στην Ιατρική Σχολή και αργότερα, ως ειδικευόμενοι και ως ειδικευμένοι σε νοσοκομεία. Για να εμπιστεύονται οι άνθρωποι τη ζωή τους σε κάποιον γιατρό για διάγνωση, εγχειρήσεις ή θεραπεία, απαιτείται ο γιατρός να έχει περάσει πολλά χρόνια σε μελέτη. Το να επιμένει κανείς σε μία πολυετή κοπιαστική μελέτη, για να θυμάται κάθε μέρος της ανθρώπινης ανατομίας, κάθε φάρμακο και σκεύασμα, κάθε αρρώστια και να μάθει πώς να κάνει σωστή διάγνωση και να θεραπεύει τους ασθενείς, απαιτεί ένα κυρίαρχο πάθος στο οποίο να επιμείνει μέχρι να γίνει ειδήμονας.

Εκείνοι που εργάζονται στον τομέα της εκπαίδευσης χρειάζονται πολλά χρόνια μελέτης για να μάθουν πώς να διδάσκουν. Χρειάζεται να γνωρίζουν το θέμα της ύλης αρκετά καλά, για να το μεταδώσουν στους άλλους. Εξασκούνται στο πώς να διδάσκουν μαθητές όλων των ηλικιών και να τους παρακινούν και να τους εμπνέουν να μάθουν. Για να παραμείνει κανείς σε έναν τέτοιο δύσκολο τομέα, απαιτείται πάθος.

Ένα κυρίαρχο πάθος χρειάζεται και στις τέχνες. Οι καλλιτέχνες εργάζονται σκληρά για να μάθουν πώς να εκφράζουν το συναίσθημά τους μέσω της ζωγραφικής ή κάποιας άλλης τέχνης. Παίρνει πολλά χρόνια άσκησης για να πραγματοποιήσει κανείς ένα σημαντικό έργο τέχνης.

Οι συγγραφείς συχνά αφιερώνουν πολλά χρόνια για να τελειοποιήσουν ένα έργο τους. Πρέπει να μάθουν τους κανόνες της γραμματικής και γενικά, την τέχνη της συγγραφής. Παίρνει χρόνια άσκησης για να αναπτύξει κανείς την ικανότητα και το ταλέντο για να γράψει ένα βιβλίο ή άρθρα, που να εμπνέει και να συγκινεί τους ανθρώπους. Χρειάζεται κάποιος να κατέχει τη γλώσσα –να έχει βαθιά γνώση των διάφορων εννοιών των λέξεων, των συμβολισμών, των μεταφορών και των αναλογιών – για να περιγράψει τα πράγματα με ενδιαφέροντα τρόπο. Σκεφθείτε πόσο δύσκολο είναι να εκφράσει κανείς την ίδια ιδέα με έναν καινούριο τρόπο. Χρειάζεται ένα κυρίαρχο πάθος για να γίνει κανείς συγγραφέας.

Οι ποιητές αφιερώνουν πολλά χρόνια τελειοποιώντας την τέχνη τους. Χρειάζεται να γνωρίζουν τους διάφορους τύπους ποίησης και τους κανόνες για κάθε τύπο. Οι ποιητές πρέπει να μεταδώσουν μία ιδέα ή ένα μήνυμα, χρησιμοποιώντας μόνον λίγα λόγια και με καινούριους τρόπους να εκφράσουν ιδέες, για τις οποίες άλλοι έχουν γράψει πριν από αυτούς. Πρέπει να είναι ικανοί να πάρουν παραδείγματα από τη ζωή, από τη φύση, από ολόκληρη την ανθρώπινη εμπειρία και να τα συνδυάσουν, για να εκφράσουν τις ιδέες τους ή τα συναισθήματά τους σε ένα δεδομένο ποιητικό έργο.

Οι μουσικοί χρειάζεται να τελειοποιήσουν τη γνώση τους στη μουσική και να την εφαρμόσουν σε ένα όργανο, σε τραγούδι ή σε σύνθεση μουσικής. Σκεφθείτε πόσες πολλές ώρες άσκησης χρειάζεται για να μάθει κανείς να παίζει το όργανο, χωρίς να κάνει κανένα λάθος. Χρειάζονται χρόνια και ένα κυρίαρχο πάθος για να γίνει κάποιος μουσικός.

Οι γονείς έχουν πάθος να φροντίζουν τα παιδιά τους τουλάχιστον για τα δεκαοκτώ πρώτα τους χρόνια. Το να τα θρέφουν, να τα ντύνουν και να παίζουν μαζί τους, να τα διδάσκουν, να είναι καλοί άνθρωποι και να τα φροντίζουν, όταν είναι άρρωστα, απαιτείται ένα τρομερό κυρίαρχο πάθος από τους γονείς τους.

Στον επαγγελματικό αθλητισμό, οι αθλητές χρειάζονται ένα κυρίαρχο πάθος, ώστε να είναι οι καλύτεροι για να συναγωνίζονται σε αυτό το επίπεδο. Εκατομμύρια παιδιά αθλούνται για διασκέδαση, αλλά πόσα το κάνουν σε επαγγελματικό επίπεδο και γίνονται θρύλοι; Αν κοιτάξουμε οποιονδήποτε από τους μεγάλους αθλητές, διαπιστώνουμε ότι κάνει τις ίδιες ασκήσεις για πολλές ώρες την ημέρα, ωσότου αυτό γίνει δεύτερή του φύση. Χρειάζεται να έχει κανείς πάθος για να διαπρέψει στον αθλητικό τομέα.

Και βέβαια, αν χρειάζεται πάθος στους εγκόσμιους τομείς της ζωής, σκεφθείτε πόσο πάθος χρειάζεται για να βρούμε τον Θεό. Για να καταλάβουμε πώς να αναπτύξουμε ένα κυρίαρχο πάθος για την πνευματική μας πρόοδο, μπορούμε να σκεφθούμε τους Ολυμπιακούς αγώνες.

Στους Ολυμπιακούς αγώνες, αθλητές από όλο τον κόσμο συναγωνίζονται για ένα χρυσό μετάλλιο σε διάφορα αθλήματα, όπως κολύμβηση, γυμναστική, τρέξιμο, σκι και πολλά άλλα. Θέλουν το χρυσό μετάλλιο, για να αποδείξουν ότι είναι οι καλύτεροι στον κόσμο.

Αν αναλύσουμε τι ξεχωρίζει κάποιον που παίρνει το χρυσό μετάλλιο από εκείνους που παίρνουν το αργυρό ή το χάλκινο μετάλλιο, εκείνους που τερματίζουν ως δρομείς από εκείνους που ούτε καν προκρίνονται στους Ολυμπιακούς, διαπιστώνουμε ότι ορισμένες ιδιότητες κάνουν κάποιον να γίνει από καλός, καλύτερος και ακόμα, μέγας. Έτσι, λοιπόν, μπορούμε και εμείς να ενσωματώσουμε αυτά τα χαρακτηριστικά στη ζωή μας, καθώς επιδιώκουμε την υπεροχή σε οποιονδήποτε τομέα της ζωής μας, συμπεριλαμβανομένης και της πνευματικότητας.

α) ΟΙ ΧΡΥΣΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΕΣΤΙΑΖΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΣΤΟΧΟ ΤΟΥΣ

Η πρώτη ιδιότητα που έχουν οι ήρωες των Ολυμπιακών αγώνων είναι η ικανότητα να εστιάζουν την προσοχή τους 100% στο στόχο. Όταν μετά τη βράβευσή τους οι Ολυμπιακοί πρωταθλητές δίνουν συνεντεύξεις, συχνά περιγράφουν πώς ολόκληρη η ζωή τους ήταν βασισμένη στο κυρίαρχο πάθος τους να κατακτήσουν το στόχο τους. Μερικοί άρχισαν να προετοιμάζονται για τους Ολυμπιακούς από την ηλικία των τριών, τεσσάρων ή πέντε ετών ή και μεγαλύτεροι, αλλά πέρασαν κάθε στιγμή της ζωής τους εστιασμένοι στο πώς να κερδίσουν το χρυσό μετάλλιο. Δε μεταπηδούσαν από το ένα ενδιαφέρον σε κάποιο άλλο, αλλά έθεταν ένα στόχο και επέμεναν σε αυτόν χωρίς διακυμάνσεις. Έβαλαν όλη τους την προσοχή σε αυτήν τη μοναδική δραστηριότητα και μάλιστα, δεν ήταν εστιασμένοι απλώς στο να συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς αγώνες, αλλά και στο να κερδίσουν το χρυσό και να είναι οι καλύτεροι.

Οι αθλητές ασκούνται όχι μόνο για να κάνουν κορυφαίες επιδόσεις, αλλά αν είναι δυνατό να σπάσουν και όλα τα ρεκόρ.

Μερικοί κολυμβητές που έχουν καταρρίψει παγκόσμια ρεκόρ, κερδίζοντας πολλά χρυσά μετάλλια, έχουν περιγράψει πώς σε ολόκληρη τη ζωή τους εστίαζαν την προσπάθειά τους στο πώς να αυξήσουν την ταχύτητά τους στην κολύμβηση. Σκεφθείτε πόσες φορές πρέπει να πάνε εμπρός και πίσω σε μία πισίνα, χρονομετρώντας τον εαυτό τους ξανά και ξανά, για να φθάσουν να είναι οι ταχύτεροι και να σπάσουν προηγούμενα ρεκόρ. Χρειάζεται απόλυτη εστίαση προσοχής, για να εξασκηθεί ταυτόχρονα το σώμα και ο νους στην ακριβή και γρήγορα εκτέλεση.

Το ίδιο συμβαίνει με τους πρωταθλητές της κατάδυσης. Πρέπει να τελειοποιήσουν την τέχνη να πηδούν από μία σανίδα κατάδυσης και να κάνουν ανάποδη τούμπα στον αέρα ενώ περιστρέφονται δύο ή τρεις φορές, ισιώνοντας το σώμα τους και βουτώντας μέσα στο νερό σε μια τέλεια κάθετη γωνία με λίγο παφλασμό νερού. Πρέπει να είναι ολοκληρωτικά εστιασμένοι σε αυτό το στόχο και να επαναλαμβάνουν την προσπάθεια τους, μέχρι να φθάσουν στην τελειότητα.

Κοιτάξτε τους παίκτες του βόλεϊ. Κάποτε η ομάδα γυναικών των Ηνωμένων Πολιτειών ήταν ανίκητη για πάνω από εκατό παιχνίδια. Τα μάτια, ο νους και το σώμα τους ήταν τόσο εστιασμένα στην μπάλα που ερχόταν και πραγματικά, βουτούσαν στο έδαφος για να βρεθούν κάτω από την μπάλα, ώστε να τη χτυπήσουν με τη γροθιά τους και να την πάνε αρκετά ψηλά, ώστε ο συμπαίκτης τους να τη χτυπήσει πάνω από το δίκτυ. Σκεφθείτε την εστίαση της προσοχής που απαιτείται, για να είναι κανείς ικανός να βουτήξει αρκετά γρήγορα, ώστε να βρεθεί κάτω από την μπάλα, η οποία έχει σχεδόν προσγειωθεί και βέβαια, προτού αυτή ακουμπήσει το έδαφος. Τι απίστευτη εστίαση προσοχής χρειάζεται κανείς, για να μπορεί να το κάνει αυτό, άσχετα πόσο δυνατά, πόσο γρήγορα και σε ποιο σημείο προσγειώνεται η μπάλα!

Συγκρίνοντας κανείς την επίδοση αυτών που κερδίζουν ένα χρυσό μετάλλιο με εκείνους που δεν το κερδίζουν, βλέπει πως αυτό οφείλεται στο υψηλό επίπεδο εστίασης προσοχής, το οποίο τους βοηθά να το κερδίσουν.

β) ΤΟ ΠΑΘΟΣ ΚΑΙ Η ΟΡΜΗ ΤΩΝ ΝΙΚΗΤΩΝ ΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ ΓΙΑ ΝΑ ΕΠΙΤΥΧΟΥΝ ΤΟ ΣΤΟΧΟ ΚΑΙ ΤΟ ΧΡΥΣΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ

Οι νικητές του χρυσού μεταλλίου όχι μόνον έχουν 100% εστίαση στο στόχο τους, αλλά κατέχονται και από ένα κυρίαρχο πάθος και από μια ορμή, για να κατορθώσουν να νικήσουν. Κανένας από τους νικητές του χρυσού μεταλλίου δεν έχει χαλαρή στάση. Δεν αθλούνται με έναν ανιαρό και μονότονο τρόπο για το χρυσό τους μετάλλιο. Ξυπνούν κάθε μέρα συνεπαρμένοι για αυτό που πρόκειται να κάνουν. Είναι πλήρεις και γεμάτοι από ενέργεια και ζωή, με ένα πάθος να τελειοποιήσουν τις ικανότητές τους.

Μπορούμε να δούμε αυτό το κυρίαρχο πάθος στους αθλητές, γιατί αγαπούν αυτό που κάνουν. Ανυπομονούν να σηκωθούν το πρωί για να ασκηθούν. Είναι πολύ ενθουσιασμένοι για αυτό που θα κάνουν, γιατί γι᾽ αυτούς δεν είναι μόνο άθληση, αλλά ο αθλητισμός είναι και διασκέδαση και απόλαυση.

Οι κολυμβητές που παίρνουν το χρυσό μετάλλιο αγαπούν την κολύμβηση. Οι δύτες που παίρνουν το χρυσό μετάλλιο αγαπούν τις καταδύσεις. Οι δρομείς που παίρνουν το χρυσό μετάλλιο αγαπούν το τρέξιμο. Χωρίς αυτό το πάθος, πώς θα αφιέρωναν τον αναγκαίο χρόνο για να διαπρέψουν στο άθλημά τους; Το πάθος και η ορμή είναι οι βασικές προϋποθέσεις, για να κάνουν κάποιον νικητή άξιο του χρυσού μεταλλίου.

γ) Η ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΕΣΜΕΥΣΗ ΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΩΝ ΝΑ ΥΠΕΡΒΟΥΝ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΟΥΝ ΟΙ ΑΛΛΟΙ

Η διαφορά μεταξύ ενός κοινού αθλητή και ενός μεγάλου αθλητή έχει σχέση και με το χρόνο που διαθέτει ο καθένας στην τελειοποίηση της ικανότητάς του. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να έχουν ένα στόχο και να αγαπούν το άθλημά τους, αλλά αποτυγχάνουν να αφιερώσουν αρκετό χρόνο για να ξε-

χωρίσουν σε αυτό. Οι νικητές του χρυσού μεταλλίου αφιερώνουν πολύ περισσότερο χρόνο στο άθλημά τους από εκείνους που δεν προκρίνονται να πάνε στους Ολυμπιακούς αγώνες.

Κοιτάξτε το μηχανισμό του όλου πράγματος. Για να λειτουργήσει το σώμα σε τόσο υψηλές ταχύτητες ή να μπορεί να κάνει στροφές ενώ αιωρείται, απαιτείται ένας απίστευτος βαθμός συγχρονισμού του σώματος και του νου. Ο εγκέφαλος πρέπει να χρησιμοποιήσει τις αισθήσεις, για να κρίνει πού βρίσκεται το σώμα μέσα στο χώρο και ο νους να μπορεί να κατευθύνει τη λειτουργία των μυών του σώματος, ώστε σε κλάσμα του δευτερολέπτου να συγχρονιστούν και ο αθλητής να εκτελέσει την άσκηση με ακρίβεια. Για να συμβεί αυτό, οι συνάψεις μεταξύ των κυττάρων του εγκεφάλου και των κυττάρων που λειτουργούν στο υπόλοιπο σώμα πρέπει να λειτουργήσουν ταυτόχρονα. Για να γίνει αυτό χρειάζεται εξάσκηση και επανάληψη. Δεν είναι δυνατό να κάνει κανείς μόνο μία ή δύο φορές κάτι, για να γίνει τέλειο. Πρέπει να το επαναλάβει εκατοντάδες και χιλιάδες φορές, ωσότου το σώμα και ο εγκέφαλος να μπορέσουν να εκτελέσουν την άσκηση αυτόματα και ταυτόχρονα.

Οι ολυμπιονίκες αφιερώνουν το μεγαλύτερο δυνατό χρόνο, για να τελειοποιήσουν το άθλημά τους. Είναι οι πρώτοι που πάνε στο γυμναστήριο για να ασκηθούν και είναι οι τελευταίοι που φεύγουν. Μπορεί να τους δούμε να ασκούνται τα σαββατοκύριακα, τις αργίες, ακόμα και στο μέσον της νύχτας. Αναλώνονται στο άθλημα. Όμως, τελικά, ο χρόνος που αφιερώνουν οι αθλητές ανταμείβεται με το ότι το σώμα τους μπορεί να κάνει αυτό που εκείνοι θέλουν και με τον τρόπο που θέλουν.

δ) ΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΕΧΟΥΝ ΠΕΙΘΑΡΧΙΑ ΚΑΙ ΚΑΝΟΥΝ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ

Μπορεί κανείς να έχει ένα στόχο και ένα κυρίαρχο πάθος για αυτό το στόχο. Μπορεί, επίσης, να αφιερώνει και πολύ χρόνο για να γίνει ο νικητής. Υπάρχει όμως και ένας άλλος παρά-

γων, για να κερδίσει, που είναι εξίσου σημαντικός και αυτός είναι να έχει πειθαρχία και να κάνει ό,τι του υποδείξει ο προπονητής του, για να γίνει ο καλύτερος. Μπορεί κανείς να πηγαίνει για άσκηση δώδεκα ώρες την ημέρα, αλλά η πειθαρχία είναι αυτό που απαιτείται στη διάρκεια αυτών των ωρών, για να τον αναδείξει τελικά νικητή.

Για παράδειγμα, σκεφτείτε τους ήρωες των ολυμπιακών αθλημάτων. Υπάρχουν ορισμένες ασκήσεις ρουτίνας που παίρνουν ώρες για να εκτελεστούν και χρειάζεται να ακολουθούνται ακριβώς, για να υπάρχει το βέλτιστο αποτέλεσμα. Μπορεί να πρέπει να κάνουν πολλές επαναληπτικές ασκήσεις, όπως κάμψεις, επιτόπου τρέξιμο ή διατάσεις που δεν είναι ασκήσεις τόσο συναρπαστικές όσο το ίδιο το άθλημα, αλλά είναι αναγκαίες για να τονώσουν τους μυς και να συντονίσουν τις κινήσεις. Χρειάζεται πειθαρχία, για να τηρηθεί ο προγραμματισμός των ασκήσεων και οι απαραίτητες εργασίες πρέπει να γίνονται με πειθαρχία.

Μερικά αθλήματα απαιτούν πειθαρχία που αφορά και τη διατροφή. Για παράδειγμα, οι τζόκεϊ απαιτείται να είναι ελαφροί και γι᾽ αυτό πρέπει να παίρνουν λιγότερες θερμίδες. Στα αθλήματα που απαιτούν μυϊκή μάζα, οι αθλητές πρέπει να τρώνε ορισμένες τροφές, είτε τους αρέσουν είτε όχι. Η αντοχή στο τρέξιμο ίσως να απαιτεί κάποια κατάλληλα συμπληρώματα διατροφής, που σημαίνει ότι οι αθλητές πρέπει να προσέχουν τη διατροφή τους. Δεν είναι εύκολο να παραμείνει σταθερός κανείς σε οποιαδήποτε διατροφή, είτε για να χάσει βάρος, είτε για να κερδίσει βάρος, είτε να παρακολουθεί το ζάχαρό του στο αίμα. Όταν αυτός ο αθλητής πηγαίνει με φίλους του σε ένα πάρτι, θα πρέπει να αποφεύγει τη λήψη ορισμένων τροφών και αυτό απαιτεί πειθαρχία.

Στους αθλητές απαγορεύεται η χρήση των στεροειδών, των παράνομων ναρκωτικών και η χρήση οινοπνεύματος στους ανήλικους. Έτσι, λοιπόν, όταν μερικούς αθλητές τους πιάνουν να κάνουν χρήση αυτών των ουσιών αποβάλλονται από τους αγώνες. Χρειάζεται να έχουν πειθαρχία και να τηρούν τους

περιορισμούς στα ναρκωτικά και το οινόπνευμα, όταν τους τα προσφέρουν οι φίλοι.

Οι προπονητές των χρυσών ολυμπιονικών τους ζητούν να τηρούν ένα καθορισμένο πρόγραμμα άσκησης και ανάπαυσης. Μπορεί να πρέπει να έχουν ένα ορισμένο αριθμό ωρών ύπνου ή ανάπαυσης κάθε νύχτα, το οποίο, επίσης, χρειάζεται πειθαρχία, ειδικά όταν οι φίλοι τους είναι σε πάρτι όλη νύχτα.

Παρακολουθήστε την καριέρα των ολυμπιονικών και θα δείτε ότι ακολουθούν μια πειθαρχημένη ζωή, για να υλοποιήσουν τα όνειρά τους.

ε) ΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΟ ΔΙΚΟ ΤΟΥΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΙ ΔΕΝ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

Πολλές φορές, όταν τους παίρνουν συνέντευξη για το πώς προετοιμάστηκαν για να κερδίσουν, οι πρωταθλητές δίνουν την ίδια απάντηση: «Έπρεπε να εστιάζομαι διαρκώς στο άθλημά μου». Δεν ενδιαφέρονταν για το τι έκαναν οι άλλοι. Γνώριζαν ότι αν έκαναν αυτό που έπρεπε να κάνουν, θα αποκτούσαν τη δυνατότητα να νικήσουν.

Εκείνοι που δε νικούν παγιδεύονται στη σκέψη τού τι κάνουν οι άλλοι. Μερικές φορές κάποιος που πάει μπροστά σε έναν αγώνα δρόμου, μπορεί να γυρίσει το κεφάλι του για να κοιτάξει έναν άλλο δρομέα που τον πλησιάζει. Αυτό συχνά γίνεται η αιτία αυτός που είναι μπροστά να μένει πίσω. Βλέπουμε τα άλογα στον ιππόδρομο που στρίβουν το κεφάλι τους και παρατηρούν άλλα άλογα, μερικές φορές, παραπατούν και πέφτουν. Γι᾽ αυτό το λόγο, τοποθετούνται παρωπίδες στο άλογο, για να κρατήσουν το ζώο στο διάδρομο, ώστε να μην αποσπαστεί από τα άλλα.

Οι αθλητές σε μια ομάδα, π.χ. στο μπάσκετ, που την ώρα του αγώνα παρακολουθούν τους συμπαίκτες να αγωνίζονται, μπορεί να δουν ένα φίλο τους να κάνει ένα λάθος. Αυτό μπορεί να αναστατώσει τον αθλητή και να τον κάνει να νιώσει ένα πόνο απογοήτευσης τόσο έντονα, που και η δική του ικανό-

τητα επηρεάζεται αρνητικά. Όταν ένας αθλητής εστιάζεται σε κάποιον άλλο, η δική του απόδοση επηρεάζεται.

Οι νικητές παραμένουν σταθεροί σε αυτό που κάνουν και όχι στο τι κάνουν οι άλλοι. Κατ᾽ αυτό τον τρόπο, δίνουν τον καλύτερό τους εαυτό και δε χάνουν πολύτιμα δευτερόλεπτα κοιτάζοντας όλους τους άλλους.

ζ) ΟΙ ΧΡΥΣΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΔΕΝ ΑΦΗΝΟΥΝ ΝΑ ΠΑΡΕΜΒΑΙΝΟΥΝ ΕΜΠΟΔΙΑ ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ ΤΟΥΣ

Συχνά, εκείνοι που παίρνουν το χρυσό μετάλλιο αντιμετώπισαν επίπονους αγώνες και πολλά εμπόδια στη ζωή τους, μέχρι να κατορθώσουν να κατακτήσουν το χρυσό μετάλλιο. Μπορεί να έχουν υποφέρει από σωματικό πόνο, συναισθηματικό πόνο, από την κριτική των άλλων ή να έχουν οικονομικές δυσχέρειες.

Πολλοί από εκείνους που έχουν πάρει το χρυσό μετάλλιο υπέστησαν πτώσεις, με αποτέλεσμα κατάγματα οστών και ρήξη τενόντων. Αυτό τους σταμάτησε; Όχι. Επέστρεψαν στη δράση όσο το δυνατόν πιο γρήγορα μπορούσαν. Μερικοί άνθρωποι κέρδισαν το χρυσό μετάλλιο ενώ αγωνίζονταν κρυωμένοι, με γρίπη ή με πυρετό. Μερικοί αγωνίστηκαν με τα πόδια τους ή τα χέρια τους τυλιγμένα με επιδέσμους, επειδή δεν είχαν θεραπευθεί τελείως. Το αψήφησαν και αγωνίστηκαν παρά το σωματικό τους πόνο.

Πολλοί αθλητές έχουν αντιμετωπίσει κριτική και γελοιοποίηση από τους άλλους που μπορεί να τους έχουν πει: «Πρέπει να είσαι τρελός! Τι σε κάνει να νομίζεις ότι μπορείς να κερδίσεις ένα χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς;» Η οικογένεια και οι φίλοι μπορεί να έχουν προσπαθήσει να αποτρέψουν τον αθλητή να αγωνίζεται, αποθαρρύνοντάς τον ή λέγοντας του ότι ως αθλητής δεν έχει τα σωστά εφόδια και τις ανάλογες ικανότητες. Εκείνοι που έχουν πάρει το χρυσό έχουν εργαστεί παρά την κριτική των άλλων και έχουν παραμείνει εστιασμένοι στο άθλημά τους παρά τις εξωτερικές προκλήσεις.

Πολλά άλλα εμπόδια μπορούν να αποτρέψουν έναν αθλητή. Μερικοί αντιμετωπίζουν μεγάλες οικονομικές δυσκολίες. Κοστίζει χρήματα το να έχεις έναν προπονητή, να ασκείσαι, να έχεις το σωστό εξοπλισμό και να πληρώνεις για να είσαι μέλος σε ορισμένα προπονητικά κέντρα. Μετά από μερικά χρόνια, αυτό το κόστος μπορεί να γίνει τρομακτικό, αν οι γονείς εκείνου που έχει πάρει το χρυσό, έπρεπε να βάλουν υποθήκη και το σπίτι τους πολλές φορές, για να πληρώσουν τα έξοδα της εξάσκησης και τα ταξίδια του παιδιού τους. Όμως, όπως λέγεται: «Όπου υπάρχει θέληση υπάρχει και τρόπος για τους νικητές».

η) ΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΔΕΝ ΑΦΗΝΟΥΝ ΤΙΣ ΑΠΟΤΥΧΙΕΣ ΝΑ ΤΟΥΣ ΚΑΤΑΒΑΛΛΟΥΝ

Πολλοί αθλητές έχουν μια στάση ηττοπάθειας. Αν δεν μπορούν να πετύχουν με την πρώτη φορά, παραιτούνται. Την πρώτη φορά που οι αθλητές χάνουν έναν αγώνα δρόμου, το θεωρούν σαν σημάδι ότι στο μέλλον δεν έχουν πλέον πιθανότητες νίκης. Αυτό που κάνει τους χρυσούς ολυμπιονίκες να ξεχωρίζουν είναι ότι δεν αφήνουν την αποτυχία να τους σταματήσει, αλλά μαθαίνουν από τις αποτυχίες τους. Οι νικητές θα κοιτάξουν μια βιντεοκασέτα της δράσης τους, για να επισημάνουν τα λάθη τους και να τα διορθώσουν. Αν πέσουν, σηκώνονται πάλι στα πόδια τους και προσπαθούν ξανά. Αν δεν κερδίσουν την πρώτη φορά, προσπαθούν ξανά. Θεωρούν την αποτυχία σαν μια πρόκληση να την ξεπεράσουν και να τη χρησιμοποιήσουν σαν αφετηρία, για να προσπαθήσουν ακόμα πιο σκληρά και να συνεχίσουν.

Οι αθλητές των Ολυμπιακών Αγώνων που είναι επιλαχόντες ή κερδίζουν μόνο το αργυρό ή το χάλκινο μπορεί να επιστρέψουν τέσσερα χρόνια αργότερα, για να προσπαθήσουν ξανά για το χρυσό. Μερικές φορές, το παίρνουν στη δεύτερη ή στην τρίτη τους προσπάθεια, όμως δεν αφήνουν την αποτυχία να τους απομακρύνει από τον στόχο τους.

θ) ΟΙ ΧΡΥΣΟΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΕΧΟΥΝ ΠΛΗΡΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

Παρακολουθήστε οποιονδήποτε που έχει πάρει χρυσό μετάλλιο όταν αγωνίζεται και θα δείτε μια σχεδόν υπεράνθρωπη ικανότητα στο να συγκεντρώνεται και να εστιάζει την προσοχή του στο άθλημα. Πριν από τον αγώνα, ο αθλητής είναι νοητικά εστιασμένος σ᾽ αυτόν, επαναλαμβάνοντας οπτικά τις απαιτούμενες κινήσεις που πρόκειται να κάνει, ξανά και ξανά, για να δραστηριοποιήσει έτσι το νου του. Εστιάζοντας την προσοχή του εσωτερικά, ο αθλητής δεν αποσπάται από τίποτα. Στη διάρκεια της εκτέλεσης του αγωνίσματος, διατηρεί 100% την εστίασή του σ᾽αυτό.

Όταν κανείς παρακολουθεί εκείνους που κάνουν λάθη στη γυμναστική, στην κατάδυση ή σε οποιαδήποτε αθλητική δραστηριότητα, μπορεί μερικές φορές να παρατηρήσει ότι υπάρχει μια στιγμή απόσπασης. Ο αθλητής έχει χάσει την εστίασή του στο άθλημα. Εκείνοι που κερδίζουν είναι αυτοί που μπορούν να κρατούν πλήρη συγκέντρωση σε ολόκληρη τη διάρκεια της προσπάθειάς τους. Αυτό είναι ένα από τα μυστικά για να επιτύχει κανείς όχι μόνο το καλό αλλά το άριστο.

ι) ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΝΤΑΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΕΝΟΣ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΗ ΓΙΑ ΝΑ ΦΘΑΣΟΥΜΕ ΣΕ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ

Όλες οι πιο πάνω ιδιότητες που χρειάζονται, για να κάνουν κάποιον Ολυμπιονίκη στον τομέα των αθλημάτων, ισχύουν, επίσης, και για να φθάσουμε τους πνευματικούς μας στόχους. Κοιτάζοντας τα παραδείγματα των Αγίων και των Διδασκάλων που φθάνουν στα ύψη της πνευματικότητας, μπορούμε να δούμε τι χρειάζεται και εμείς, επίσης, να κάνουμε, για να φθάσουμε στον πνευματικό μας στόχο – την επανένωση της ψυχής μας με τη Θεία Ουσία.

Οι Άγιοι είναι παραδείγματα των ιδιοτήτων που κάνουν

κάποιον νικητή του χρυσού μεταλλίου. Το κατόρθωμά τους είναι οι Ολυμπιακοί του διαλογισμού και της πνευματικότητας. Φθάνουν στο στόχο που κάθε άνθρωπος ο οποίος διαλογίζεται προσπαθεί να φθάσει – να ενώσει ξανά την ψυχή του με τον Θεό. Η ζωή τους είναι παράδειγμα όλων των ιδιοτήτων που ένας χρυσός ολυμπιονίκης χρειάζεται, για να κερδίσει το χρυσό μετάλλιο. Αν εξετάσουμε τη ζωή των Αγίων από αυτή την οπτική γωνία, θα δούμε ότι μας δίνει ένα προσχέδιο για το τι χρειάζεται να κάνουμε, ώστε να κατορθώσουμε και εμείς, επίσης, τον ίδιο στόχο στην πνευματικότητα και το διαλογισμό.

Στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο φυσικό επίπεδο μπορεί να υπάρξει μόνον ένας που να κερδίζει το χρυσό μετάλλιο, αλλά στον τομέα του διαλογισμού και της πνευματικότητας ο καθένας από εμάς μπορεί να κερδίσει το χρυσό μετάλλιο. Ασκώντας το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο, το να κερδίσουμε το χρυσό μετάλλιο σημαίνει το να μπορέσουμε να πετάξουμε πάνω στο Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου, μέσα από όλα τα ανώτερα βασίλεια, και να φθάσουμε στον κατοικία του Θεού, το Σατς Καντ, όπου η ψυχή μας συγχωνεύεται με τον Θεό. Αυτό δεν περιορίζεται, όπως στους Ολυμπιακούς που γίνονται κάθε τέσσερα χρόνια. Εμείς μπορούμε να συμμετέχουμε στους δικούς μας "Ολυμπιακούς" 24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα και να κερδίσουμε το χρυσό μετάλλιο οποτεδήποτε. Το ερώτημα είναι: Γιατί να περιμένουμε; Γιατί να μην ολοκληρώσουμε τον αγώνα τώρα;

Οι Άγιοι έχουν 100% εστίαση της προσοχής τους στον επιλεγμένο τους στόχο, μέχρι να φέρουν σε πέρας την ένωση της ψυχής τους με τον Θεό.

Από τη στιγμή που οι αναζητητές ψάχνουν για απαντήσεις όσον αφορά το μυστήριο της ζωής και του θανάτου και ακολουθούν τα πνευματικά διδάγματα κατά γράμμα, οι Διδάσκαλοι τους αναπτύσσουν ένα κυρίαρχο πάθος και ένα ζήλο για να κατορθώσουν αυτόν το στόχο. Το πάθος και ο ζήλος είναι ένα άλλο χαρακτηριστικό του "χρυσού μεταλλίου" που θα τους βοηθήσει να κατορθώσουν την ένωση με τον Θεό κατά τη δι-

άρκεια αυτής τους της ζωής.

Οι Άγιοι τους δεσμεύουν να αφιερώνουν πολύ περισσότερο χρόνο στο διαλογισμό και την πνευματικότητα από αυτόν που αφιερώνουν πολλοί άλλοι, καθώς αυτό είναι ένα στοιχείο-κλειδί για την επιτυχία τους για να βρουν τον Θεό. Τους διδάσκουν το θετικό μυστικισμό, που σημαίνει ότι θα πρέπει να κερδίζουν τίμια τα προς το ζην. Μπορούν αν θέλουν να παντρεύονται και να έχουν παιδιά, όμως παράλληλα με αυτό, θα πρέπει να βρίσκουν χρόνο να διαλογίζονται και να εκτελούν ανιδιοτελείς υπηρεσίες. Οι μαθητές δεσμεύονται να αφιερώνουν ορισμένο χρόνο στο διαλογισμό και την ανιδιοτελή υπηρεσία και να παραμένουν σε αυτά ό,τι και να συμβεί.

Οι Άγιοι τους ζητούν να έχουν παραδειγματική πειθαρχία και να κάνουν οτιδήποτε είναι αναγκαίο για να είναι επιτυχείς στην επίτευξη του στόχου, να βρουν τον Θεό. Αυτή η επιτυχία εξαρτάται από το διαλογισμό, τον οποίο πρέπει να κάνουν καθημερινά και για το μεγαλύτερο δυνατό χρονικό διάστημα. Παράλληλα με αυτό, πρέπει να ζουν σύμφωνα με τις ηθικές αρετές, που σημαίνει να ζουν μια ζωή χωρίς βιαιότητα, με φιλαλήθεια, αγνότητα, ταπεινοφροσύνη, προσφέροντας ανιδιοτελώς στο συνάνθρωπο. Ακόμα, η ηθική ζωή συνεπάγεται στο να ακολουθούν μια αυστηρά χορτοφαγική διατροφή, αποφεύγοντας τα κρέατα, τα ψάρια, τα πουλερικά και τα αυγά, γονιμοποιημένα και μη, να μην καταναλώνουν οινοπνευματώδη ποτά και να μη χρησιμοποιούν παραισθησιογόνες ή ναρκωτικές ουσίες.

Οι Άγιοι τους ζητούν να παραμένουν εστιασμένοι στον πνευματικό τους στόχο, άσχετα με το τι κάνουν οι άλλοι. Δεν πρέπει να ενδιαφέρονται για το τι κάνουν οι άλλοι, αλλά να κρατούν την προσοχή τους σε αυτό που οι ίδιοι πρέπει να κάνουν. Ποτέ δεν πρέπει να εμπλέκονται σε κριτική ή σε κακολογία, ακόμα και αν άλλοι μπορεί να έχουν κάνει κάτι τέτοιο. Η συγκέντρωσή τους στη δική τους πνευματική πρόοδο τους συγκρατεί από το να πέφτουν στην παγίδα και να χάνουν χρόνο ασχολούμενοι με το τι κάνουν οι άλλοι. Αυτός ο τρόπος ζωής τους βοηθάει να χρησιμοποιούν τις πολύτιμες αναπνοές της

ζωής τους, για να κατορθώσουν την ένωση με τον Θεό.

Οι Άγιοι τους ζητούν να μην αφήνουν οποιαδήποτε εμπόδια να παρεμβάλλονται στο δρόμο της επίτευξης του πνευματικού τους στόχου. Ούτε ο φυσικός πόνος, ούτε η αρνητικότητα των άλλων, ούτε οποιαδήποτε άλλη αναποδιά να μην τους σταματά από το επιλεγμένο τους Μονοπάτι. Σκεφθείτε την αντοχή που χρειάζεται για να διαλογίζονται πολλές ώρες, όμως πρέπει να το κάνουν αυτό, ό,τι και να συμβεί. Σκεφθείτε το εξαντλητικό πρόγραμμα της καριέρας, της οικογένειας, του διαλογισμού και της ανιδιοτελούς προσφοράς που πρέπει να τηρούν, όμως αυτοί ποτέ δεν παρεκκλίνουν. Σκεφθείτε το μέγεθος της Αγάπης που χρειάζεται να προσφέρουν προσφέροντας ανιδιοτελείς υπηρεσίες. Μετά από μια πολύωρη εργασία, χρειάζεται να ασχολούνται με φυσική, διανοητική ή πνευματική ανιδιοτελή προσφορά, για να βοηθούν τους άλλους. Να μένουν ξύπνιοι μέχρι αργά, συχνά, εργαζόμενοι όλη τη νύχτα. Όσο κουρασμένο και αν είναι το σώμα τους, μετά το τέλος της φυσικής τους εργασίας ολόκληρη την ημέρα, πρέπει να υπηρετούν τους άλλους και να κάνουν διαλογισμό.

Οι Άγιοι τους ζητούν να έχουν πλήρη συγκέντρωση και εστίαση στο διαλογισμό. Λένε ότι, αν καθίσουμε σωστά σε διαλογισμό, θα πετάξουμε Εσωτερικά. Αν μένουμε σε διαλογισμό για πολλές ώρες καθημερινά, θα κάνουμε μεγάλη πνευματική πρόοδο. Όταν είναι η ώρα να διαλογιστούν, δεν πρέπει να το αποφεύγουν για να κουτσομπολέψουν και έτσι να χάσουν χρόνο, αλλά να παραμένουν σταθεροί στο πρόγραμμά τους, ό,τι και να συμβεί.

Οι Άγιοι τους ζητούν ποτέ να μην αφήνουν τα λάθη να τους παρασύρουν. Όταν βιώνουν τα σκαμπανεβάσματα της ζωής, ποτέ να μην τα αφήνουν να τους σταματήσουν από το να διαλογιστούν, ό,τι και να συμβεί. Παρά τις δυσκολίες, να μην τα παρατούν, να συνεχίζουν, να παραμένουν αληθινοί προς τις ηθικές αρετές και το διαλογισμό και να προσφέρουν ανιδιοτελή υπηρεσία, παρά τις δυσκολίες, ωσότου κατορθώσουν τον πνευματικό τους στόχο.

κ) ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΕΡΔΙΣΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο απαιτεί πλήρη συγκέντρωση και εστίαση. Τελικά, φθάνουμε στο αγνό πνευματικό βασίλειο του Σατς Καντ, όπου γινόμαστε ένα με τον Θεό. Αυτό είναι ένα ταξίδι Αγάπης και έκστασης. Όταν η ψυχή ενώνεται ξανά με τον Θεό, είμαστε βυθισμένοι αιώνια μέσα στην Αγάπη και τη μακαριότητα. Αυτό είναι το χρυσό Ολυμπιακό μετάλλιο της πνευματικότητας. Η ένωση με τον Θεό είναι ο στόχος και το μετάλλιο.

Αν εφαρμόσουμε την αφοσίωση των χρυσών ολυμπιονικών και ακολουθήσουμε το παράδειγμα των πνευματικών Διδασκάλων, θα έχουμε ένα οδηγό χάρτη, ώστε και εμείς να μπορούμε να κερδίσουμε το χρυσό μετάλλιο της πνευματικότητας. Αυτό που μπορεί να κάνει ένας άνθρωπος, μπορεί και ένας άλλος να το κάνει.

Για να απεικονίσουμε το μέγεθος του κυρίαρχου πάθους που χρειάζεται για να βρούμε τον Θεό, υπάρχει ένα ανέκδοτο για έναν νεαρό άνδρα που ήθελε να μάθει πώς να διαλογίζεται. Επισκέφθηκε έναν ευσεβή άνθρωπο, ο οποίος διαλογιζόταν στην όχθη ενός ποταμού στην Ινδία. Ο νεαρός άνδρας παρακολουθούσε ήσυχα, καθώς ο Άγιος καθόταν σε σιωπηλό διαλογισμό.

Όταν ο Άγιος ολοκλήρωσε το διαλογισμό και άνοιξε τα μάτια του, ο νεαρός άνδρας τον πλησίασε και τον ρώτησε: «Μπορείς να με διδάξεις πώς να διαλογίζομαι;» Ο ευσεβής άνθρωπος κοίταξε παρατηρητικά τον νεαρό άνθρωπο για μερικές στιγμές και τότε, ξαφνικά, άρπαξε το κεφάλι του και με το πρόσωπο προς τα κάτω, το βούτηξε μέσα στο νερό του ποταμού. Κράτησε το πρόσωπο του νεαρού κάτω από το νερό για μερικές στιγμές, ωσότου ο νεαρός άρχισε να αγωνίζεται και να τρέμει, προσπαθώντας να ελευθερώσει το κεφάλι του, για να μπορέσει να αναπνεύσει. Όταν ο αγώνας του νεαρού κατάντησε να είναι απελπισμένος για να βγει στην επιφάνεια και να πάρει αέρα, ο

Άγιος τον άφησε.

Ο νεαρός άνθρωπος προσπαθώντας να αναπνεύσει, είχε πάθει πανικό και ρώτησε: «Γιατί προσπάθησες να με πνίξεις;»

Ο ευσεβής άνθρωπος του είπε: «Μου ζήτησες να σε διδάξω πώς να διαλογίζεσαι. Αυτό ήταν το πρώτο σου μάθημα».

Ο νεαρός άνθρωπος είπε: «Δεν καταλαβαίνω, τι έχει να κάνει το πνίξιμο κάποιου με το να τον διδάξεις πώς να διαλογίζεται».

Ο ευσεβής άνθρωπος τότε του εξήγησε: «Αληθινός διαλογισμός σημαίνει να διαλογίζεσαι με την ίδια λαχτάρα που είχες εσύ, όταν προσπαθούσες να πάρεις ανάσα. Όταν η δίψα και το κυρίαρχο πάθος μας για τον Θεό είναι τόσο μεγάλα, όσο η επιθυμία μας για αέρα, αυτό είναι το στάδιο όπου θα μας καταστήσει ικανούς να συγχωνευθούμε με το Θεό».

Στο Πνευματικό Μονοπάτι, η δίψα για τον Θεό μας οδηγεί σε έναν Άγιο, για να βρούμε τις απαντήσεις για τα μυστήρια της ζωής. Η δίψα για τον Θεό μας οδηγεί να εμμένουμε στα προαπαιτούμενα για τη Μύηση στο Φως και τον Ήχο του Θεού. Η δίψα για τον Θεό μας οδηγεί να ακολουθούμε τις καθοδηγήσεις του Διδασκάλου για το διαλογισμό. Η δίψα για τον Θεό μάς παρακινεί να προσφέρουμε ανιδιοτελείς υπηρεσίες και να διάγουμε μια ηθική ζωή. Η δίψα για τον Θεό μάς οδηγεί να αφιερώνουμε χρόνο σε καθημερινό διαλογισμό, ωσότου φθάσουμε στον πνευματικό μας στόχο.

Αν είμαστε ήδη ευλογημένοι με μια τέτοια δίψα, μπορούμε να είμαστε ευγνώμονες. Αν δεν την έχουμε, ας την αναπτύξουμε. Μπορούμε αυτό να το επιτύχουμε, όταν είμαστε στη φυσική συντροφιά του Διδασκάλου ή απορροφώντας την πνευματική ακτινοβολία που μας στέλνει μέσω του Σάτσανγκ που παρευρισκόμαστε, οπουδήποτε στον κόσμο. Μπορούμε να αναπτύξουμε αυτή τη δίψα, κάνοντας ανιδιοτελή προσφορά που μας καθαρίζει από το "εγώ" και την ιδιοτέλειά μας. Μπορούμε να αναπτύξουμε αυτή τη δίψα μέσω της καθημερινής ενδοσκόπησης, που θα μας βοηθήσει να αναπτύξουμε τις ηθικές αρετές. Τελικά, μπορούμε να αναπτύξουμε αυτή τη δίψα

καθήμενοι σε διαλογισμό.

Κάθε σπίθα Θείου Φωτός που δεχόμαστε και κάθε Ουράνιο Ήχο που ακούμε Εσωτερικά μας βοηθάει να αναπτύξουμε μέσα μας μια ασίγαστη δίψα και ένα κυρίαρχο πάθος, για να αποκτήσουμε το χρυσό ολυμπιακό μετάλλιο της πνευματικότητας, που σημαίνει να φθάσουμε τον Θεό.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ

Κάνετε έναν κατάλογο με τις περιπτώσεις στη ζωή σας, όπου είχατε ένα κυρίαρχο πάθος για ένα στόχο. Ποιος ήταν ο στόχος και πώς εργάστηκατε για την επίτευξή του; Συλλογιστείτε ως στόχο το να έχετε την εμπειρία του Θεού. Τι μπορείτε να κάνετε για να αναπτύξετε ένα κυρίαρχο πάθος, ώστε να κατορθώσετε τον πνευματικό στόχο αυτής σας της ζωής;

ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΑΓΑΠΗ

Εκτός από τη δεκτικότητα και το κυρίαρχο πάθος, χρειαζόμαστε και μια διακαή αγάπη, για να συγχωνεύσουμε την ατομική μας φωτιά με την Αιώνια Φλόγα του Θεού που φωτίζει τα πάντα. Η αγάπη είναι ένα καύσιμο που αναζωπυρώνει όλο και περισσότερο τη φωτιά της ψυχής μας, μέχρι αυτή να ενωθεί με το ακτινοβόλο Φως του Θεού.

ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΑΛΗΘΙΝΗ ΑΓΑΠΗ

Μια από τις βασικές ανάγκες του ανθρώπου είναι να αγαπά και να αγαπιέται. Όταν οι ψυχολόγοι μιλούν για τις βασικές ανθρώπινες ανάγκες, όπως την τροφή, την ένδυση, τη στέγη και την ασφάλεια, προσθέτουν και την ανάγκη για αγάπη.

Οι άνθρωποι συνήθως αποζητούν την αγάπη στον εξωτερικό κόσμο. Ζητούν αγάπη από τους γονείς, τα αδέλφια και τους συγγενείς τους. Καθώς μεγαλώνουν, αναζητούν αγάπη από τους φίλους τους και όταν ενηλικιωθούν, αναζητούν την αγάπη των συντρόφων, των συζύγων και των παιδιών τους. Δυστυχώς, μερικές φορές στη ζωή, μαθαίνουμε ότι αυτές οι αγάπες μπορεί να είναι πρόσκαιρες. Οι σχέσεις αλλάζουν, τα παιδιά φεύγουν, οι γονείς πεθαίνουν. Κάποια στιγμή οι αγαπημένοι αυτού του κόσμου μας φέρνουν θλίψη, κυρίως όταν τους χάσουμε.

Αυτή η στέρηση της αγάπης συχνά μας στρέφει προς τον Θεό για ανακούφισή μας από τον πόνο. Όταν ο Θεός ακούει την κραυγή μας, μάς φέρνει σε κάποιον που μπορεί να μας δεί-

ξει ότι έχουμε πάντοτε μια διαρκή Αγάπη μέσα μας. Ένας Διδάσκαλος μπορεί να μάς συνδέσει με αυτή την Αγάπη του Θεού που είναι μέσα μας.

Οι Διδάσκαλοι που έχουν έρθει μέσα στους αιώνες έχουν δείξει στον άνθρωπο ένα δρόμο, για να βρει τη διαρκή Αγάπη. Μας διδάσκουν διαλογισμό, ώστε να μπορέσουμε να βρούμε την Αγάπη του Θεού μέσα μας. Επειδή δεν μπορούμε να δούμε τον Θεό με τα εξωτερικά μας μάτια, ένας Διδάσκαλος μάς διδάσκει πώς να δούμε τον Θεό με το Εσωτερικό μας μάτι.

Μόνον όταν ακολουθήσουμε ένα πνευματικό μονοπάτι, μπορούμε να έχουμε την εμπειρία της Αγάπης του Θεού. Δεν μπορούμε να έχουμε την εμπειρία του Θεού μέσω της διάνοιάς μας. Ο Θεός είναι Αγάπη και η ψυχή μέσα μας είναι Αγάπη. Για να έχουμε την εμπειρία του Θεού, πρέπει να βγάλουμε τα καλύμματα που μας εμποδίζουν να έχουμε την εμπειρία της Θείας Αγάπης.

Όταν οι άνθρωποι πηγαίνουν σε έναν Διδάσκαλο, μπορούν να γευθούν αυτή την Αγάπη. Ο Διδάσκαλος ακτινοβολεί την Αγάπη του Θεού σε μας και αυτή έρχεται αυτομάτως από την πνευματική ακτινοβολία του Διδασκάλου και διεισδύει μέσα στην ψυχή μας.

Όταν πηγαίνουμε σε οποιαδήποτε εγκόσμια διάλεξη ενός ομιλητή, θα φύγουμε με κάποια διανοητική γνώση που αποκτάμε πάνω σε ένα ορισμένο θέμα. Όταν πηγαίνουμε σε έναν πνευματικό Διδάσκαλο, δεχόμαστε κάτι περισσότερο από μια διανοητική πληροφόρηση, καθώς, ενώ παίρνουμε τη θεωρία των διδαγμάτων μέσω του λόγου, δεχόμαστε συγχρόνως μια εξυψωτική εμπειρία της ψυχής. Τα μάτια του Διδασκάλου εκπέμπουν τη μακάρια Αγάπη του Θεού. Όντας στην παρουσία του Διδασκάλου, η ανυψωτική εμπειρία έρχεται με τρόπο φυσικό. Η ανυψωτική ώθηση είναι η ενέργεια που τραβάει την προσοχή μας πάνω από το σώμα, στην “Εστία των ματιών” *(Τρίτο Οφθαλμό)*. Η πνευματικά φορτισμένη προσοχή ενός Διδασκάλου μας συγκινεί Εσωτερικά, έτσι ώστε το αισθητηριακό ρεύμα να αρχίζει να αποσύρεται από την ενημερότητα του

φυσικού κόσμου και του σώματός μας, και την αντικαθιστά η ενημερότητα των πνευματικών βασιλείων και της ψυχής. Αυτή η όμορφη, μαγευτική εμπειρία της Θείας Φόρτισης ανυψώνει την ψυχή. Μουσκεύουμε από την εξαίσια Αγάπη που διαπερνά ολόκληρο το είναι μας. Όταν πάρουμε ακόμη και μια γεύση από αυτή τη μακαριότητα, θέλουμε να πετάξουμε με αυτήν, μέχρι να μας καταλάβει ολοκληρωτικά.

Η πνευματική μακαριότητα σύρει το νου μας από τις αποσπάσεις του κόσμου, οι οποίες μας εμποδίζουν να επιτύχουμε την Αυτογνωσία και την Θεογνωσία. Η Αγάπη του Θεού μας μαγνητίζει και είναι τόσο δυνατή, που μας γεμίζει με Θεία μέθη.

Οι άνθρωποι ασχολούνται με διάφορες δραστηριότητες και διασκεδάσεις μέσα σε αυτόν τον κόσμο, για να περνούν τον καιρό τους. Μεταξύ αυτών είναι και οι βλαβεροί εθισμοί, όπως τα ναρκωτικά, τα οινοπνευματώδη, ο τζόγος και άλλα πάθη, τα οποία μπορεί να είναι τόσο δυνατά, ώστε οι άνθρωποι να μην μπορούν να κόψουν αυτές τις συνήθειες με τη δύναμη της θέλησής τους.

Απλώς σκεφθείτε πόσο δυνατή είναι η έκσταση της Θείας Αγάπης, που κάνει τις εγκόσμιες διασκεδάσεις να μοιάζουν ωχρές και ανούσιες. Η Αγάπη του Θεού μας γεμίζει με ευτυχία περισσότερο από οτιδήποτε άλλο μέσα σ᾽ αυτό τον κόσμο.

Η ΜΑΤΙΑ ΤΗΣ ΘΕΙΑΣ ΑΓΑΠΗΣ (Η darshan του Διδασκάλου)

Η ματιά της Θείας Αγάπης ή όπως λέμε, η “Ντάρσαν” ενός Διδασκάλου είναι τόσο ευλογημένη, που όποιος την έχει δεχθεί, λαχταρά να τη λάβει ξανά και ξανά. Όταν στερηθεί αυτή τη ματιά, ο μαθητής υποφέρει από νοσταλγία. Όποιος έχει γνωρίσει το χωρισμό από ένα αγαπημένο πρόσωπο υποφέρει και νιώθει πως κάθε λεπτό και κάθε στιγμή μοιάζει σαν μια αιωνιότητα. Το να είμαστε χωρίς αυτή τη ματιά, είναι σαν να στερούμε από ένα παιδί το γάλα της μητέρας του. Το παιδί κλαίει, μέχρι να του δώσουν να φάει. Όταν αυτή η λαχτάρα γίνει έντονη, τραβά

την προσοχή μας από το να θέλουμε εγκόσμιες χαρές που είναι εφήμερες και στρεφόμαστε προς τη Θεία Αγάπη Εσωτερικά. Είναι τότε που αποζητάμε την Ντάρσαν του Διδασκάλου.

Όταν κανείς δέχεται μια τέτοια ματιά, η προσοχή του παίρνει μια ώθηση και θέλει να πετάξει Εσωτερικά. Γι᾽ αυτό το λόγο, οι μαθητές του ταξιδεύουν σε όλα τα μήκη και τα πλάτη της γης, για να δουν τον Διδάσκαλο και περιμένουν να έχουν με κάποιο τρόπο την Ντάρσαν Του. Η ψυχή τους θέλει να "πιει" από τη ματιά της Αγάπης.

Οι μαθητές του έχουν συνειδητοποιήσει το εφήμερο κάθε πράγματος μέσα σ᾽ αυτό τον κόσμο και γνωρίζουν ότι η διαρκής Αγάπη εκπορεύεται από τη Θεία Ματιά που ρέει μέσω του Διδασκάλου· δεν είναι πια σκλάβοι του νου τους, για να θέλουν πράγματα αυτού του κόσμου. Συνειδητοποιούν τον αληθινό τους εαυτό, την ψυχή τους, που λαχταρά την ένωσή της με τον Θεό. Είναι ενήμεροι της πραγματικής φύσης της ψυχής τους που είναι ένα μέρος από την ίδια την ουσία του Θεού. Γι᾽αυτό θέλουν να ξαναενωθούν με τον Θεό. Έχουν την εμπειρία της ακτινοβολίας της Αγάπης του Θεού, μέσω αυτής της Ματιάς και της Χάρης του Διδασκάλου.

Η όλο Χάρη Ματιά του Διδασκάλου είναι σαν γλυκό νέκταρ που ρέει μέσα στο δοχείο της ψυχής μας. Έχει μια γλυκύτητα που διαπερνά τα πάντα, που διεισδύει μέσα στο είναι μας, γεμίζοντάς μας με μια δύναμη ζωής που εξυψώνει την ψυχή μας.

Μερικοί άνθρωποι προσπαθούν να μεθύσουν, πίνοντας οινόπνευμα ή παίρνοντας ναρκωτικά. Γιατί το κάνουν αυτό; Αναζητούν μια ανύψωση. Αυτό που δεν συνειδητοποιούν είναι ότι η μεγαλύτερη μέθη που μπορεί κανείς να πάρει από τα οινοπνευματώδη ή τα ναρκωτικά δεν είναι ούτε ένα ελάχιστο μέρος από τη μέθη που νιώθουμε, όταν γευθούμε την Αγάπη του Θεού μέσα μας. Επιπλέον, η φυσική μέθη δε διαρκεί και έχει σοβαρές παρενέργειες. Η μέθη όμως από τον Θεό έχει μόνον ωφέλιμες επιδράσεις. Οι άνθρωποι που γεύονται μια φορά τη Θεϊκή Αγάπη θέλουν να βρεθούν πάλι σε αυτή την κατάσταση. Αυτή μας εξυψώνει πολύ πιο πάνω από τον φυσικό κόσμο και

μεταφέρει την ψυχή μας μέσα σε περιοχές μακαριότητας.

Η Ματιά της Χάρης δεν είναι μια φυσική εμπειρία, αλλά είναι ένα σημείο εκκίνησης για να μας βοηθήσει ώστε να έχουμε μια ώθηση στο διαλογισμό μας, κάνοντάς τον πιο εύκολο, επειδή ο χρόνος που περνά μέχρι να ακινητοποιήσουμε τον νου μας ελαττώνεται. Το διαπεραστικό βλέμμα του Διδασκάλου μπορεί να ανοίξει την καρδιά και την ψυχή μας για να δεχτούμε τη θαυμάσια ομορφιά του Θεού. Αν δεχτούμε τη ματιά Του, αυτή ανοίγει την πόρτα προς τη μαγεία που μας περιμένει στο Υπερπέραν. Τυχερές είναι εκείνες οι ψυχές που παίρνουν την ντάρσαν του Διδασκάλου, αυτή τη ματιά στην πληρότητά της.

Όταν φύγουμε από τη συνάθροιση του Διδασκάλου, όπου με τη ντάρσαν του έχει δώσει ολόκληρα κανάτια από Θεία Έκσταση, έχουμε καθαρίσει από αρνητικές σκέψεις και αδειάσει από επιθυμίες ενώ συγχρόνως ξεχειλίζουμε από την Αγάπη του Θεού. Οι διανοητικές μας ανησυχίες εξαφανίζονται και στην καρδιά μας έχει χαραχτεί η ποίηση του Θεϊκού μεγαλείου. Μεταμορφωμένοι από τη δύναμη της ακτινοβολίας Του, είμαστε γεμάτοι από Αγάπη και αισθανόμαστε ότι αγαπάμε όλο τον κόσμο. Γινόμαστε σαν ένας αγωγός, μέσω του οποίου ρέει η Θεϊκή Αγάπη στον κόσμο.

Τα μαθήματα που παίρνουμε από έναν Διδάσκαλο είναι μαθήματα που διδάσκονται χωρίς λόγια. Υπάρχουν στιγμές στις οποίες τέσσερα μάτια, τα δύο μάτια του Διδασκάλου και τα δύο μάτια του μαθητή, συγχωνεύονται και γίνονται ένα. Η ψυχή δεν είναι πια μια ξεχωριστή οντότητα ενσωματωμένη στη φυσική μορφή του μαθητή. Η ψυχή βουτά μέσα στα μάτια του Διδασκάλου και κολυμπά μέσα σε αυτά. Αφού ο Διδάσκαλος έχει συγχωνευθεί με το Θείο, και ο μαθητής βιώνει τη Θεότητα. Όταν πραγματοποιείται η ενότητα Διδάσκαλου και μαθητή, παραμένει μόνο μακαριότητα. Αυτή είναι η Δύναμη της Θείας Αγάπης, αυτή είναι που μας κάνει να θέλουμε όλο και περισσότερη, ωσότου συγχωνευόμαστε μέσα σ' αυτή την έκσταση που μας γεμίζει με μακαριότητα.

Είναι γι' αυτό που οι δεκτικοί άνθρωποι απολαμβάνουν να

κάθονται στην παρουσία ενός Αγίου. Λιώνουν μέσα στη μακαριότητα των ματιών του Διδασκάλου και δε θέλουν να φύγουν.

ΜΑΤΙΑ ΑΓΑΠΗΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ

Μπορούμε, επίσης, να δεχτούμε τη ματιά της Θείας Αγάπης και Εσωτερικά. Στο διαλογισμό, η Φωτεινή ή Αιθερική μορφή του πνευματικού Διδασκάλου εμφανίζεται σε εμάς με όλη της τη λαμπρότητα και ακτινοβολεί την Αγάπη του Θεού. Η ακτινοβολία που ρέει από τη γεμάτη Αγάπη ματιά Του συντονίζει την ψυχή μας με το Φως και τον Ήχο, προωθώντας μας έτσι μέσα στις ανώτερες Εσωτερικές Περιοχές, ωσότου τελικά να βιώσουμε το καθαρά πνευματικό βασίλειο του Σατς Καντ.

Για να κατορθώσουμε την ένωση της ψυχής μας με τον Θεό, πρέπει να έχουμε διακαή επιθυμία για τον Θεό και γι᾽ αυτό, χρειάζεται να αφιερώσουμε πολλές ώρες σε διαλογισμό. Όταν η επιθυμία μας είναι έντονη και ειλικρινής, ο Θεός εκπληρώνει τις προσευχές μας. Μπαίνοντας η επιθυμία μέσα μας, μέσω του διαλογισμού, η ψυχή μας θα βρει απόλαυση στον Κύριο. Το μακρύ μας ταξίδι θα ολοκληρωθεί.

Όταν διαλογιζόμαστε, νιώθουμε μέθη. Υπάρχει μακαριότητα που μας περιμένει μέσα μας, η οποία μπορεί να ανυψώσει την ψυχή μας. Για μερικούς που προσπαθούν να τελειοποιήσουν την άσκηση του διαλογισμού, μπορεί να πάρει πολλή ώρα, για να ακινητοποιήσουν το νου και να αποσύρουν την προσοχή τους. Η Χάρη όμως του Διδασκάλου είναι τέτοια που, όταν βλέπουμε τη φωτεινή Του μορφή, έχει τη δύναμη να ανυψώσει την ψυχή μας αυτοστιγμεί. Μια γεμάτη Αγάπη ματιά από τον Διδάσκαλο μπορεί να βάλει αμέσως το νου να ησυχάσει και να δώσει στο μαθητή την απαραίτητη ηρεμία και την ακινησία του νου του, προϋπόθεση για να αποσυρθεί η ψυχή του. Η ψυχή έχει την εμπειρία μιας μέθης, σαν από ένα ποτό που ρέει Εσωτερικά, τότε είναι που η προσοχή ανεβαίνει στην Εστία των ματιών *(Τρίτο οφθαλμό)*. Όταν κάθεται κανείς σε διαλογισμό

σε μια τέτοια κατάσταση, μπορεί να επιτύχει στις πνευματικές του επιδιώξεις.

Η ΔΙΑΡΚΗΣ ΑΓΑΠΗ

Οι άνθρωποι δε θέλουν μια αγάπη που να είναι φευγαλέα. Δε θέλουν μια φευγαλέα ματιά ή μια σύντομη συνάντηση. Θέλουν μια διαρκή ματιά, μια διαρκή συνάντηση – να είναι σε μια αιώνια κατάσταση ένωσης με τον Αγαπημένο τους. Έχουν συνειδητοποιήσει ότι δεν υπάρχει διαρκής αγάπη σε αυτό τον κόσμο. Ακόμα και η καλύτερη και η πιο στενή σχέση μέσα σε αυτόν το φυσικό κόσμο πρέπει τελικά να τελειώσει, επειδή αυτή είναι η φύση του κόσμου. Η φυσική μας μορφή είναι φτιαγμένη για να σβήσει. Μερικοί άνθρωποι ζουν μέχρι ένα μήνα, μερικοί μέχρι ένα χρόνο, μερικοί πέντε χρόνια, μερικοί μέχρι δέκα χρόνια, είκοσι, πενήντα και μερικοί μέχρι εκατό χρόνια ή παραπάνω. Όμως, το φυσικό μας τέλος είναι αναπόφευκτο. Όταν συνειδητοποιούμε το εφήμερο της ζωής, αναζητούμε μια Αγάπη που δε θα τελειώσει. Και αυτή την Αγάπη μπορούμε να τη βρούμε κολυμπώντας μέσα στον "Ωκεανό της Αιώνιας Θείας Αγάπης".

Υπάρχει μια ιστορία για ένα βασιλιά που έκανε μια φιλανθρωπική γιορτή. Ο βασιλιάς έκανε μια έκθεση πολύτιμων αντικειμένων και είπε σε όλους τους υπηκόους του να πάρουν οτιδήποτε τους άρεσε. Σχεδόν όλοι οι υπήκοοι του βασιλείου έτρεξαν, όσο μπορούσαν πιο γρήγορα, για να πάρουν διάφορα αντικείμενα. Πήραν χρυσό, διαμάντια, ακριβά ρούχα και άλλα πολυτελή αντικείμενα. Μόνον ένα κορίτσι δεν διάλεξε τίποτα. Ο βασιλιάς πρόσεξε ότι η γιορτή θα τελείωνε και την πλησίασε, ζητώντας της να διαλέξει κάτι. Αυτή τότε προχώρησε και έβαλε το χέρι της πάνω στο βασιλιά, διαλέγοντας εκείνον για δικό της. Γιατί; Επειδή γνώριζε ότι όλα τα άλλα αντικείμενα δε θα είχαν διάρκεια. Όταν θα τελείωνε η γιορτή, δε θα υπήρχε πια πρόσβαση στα δώρα. Ο βασιλιάς είχε τη δύναμη να κάνει πολλές τέτοιες φιλανθρωπικές γιορτές και έτσι με το να επιλέξει

τον βασιλιά, η κοπέλα θα είχε πρόσβαση στα πάντα μέσα στην γιορτή και τώρα και στο μέλλον.

Παρόμοια, όταν επιλέξουμε να αγαπάμε τον Θεό, αγαπάμε Αυτόν που μας χαρίζει όλα τα δώρα και δε θα μας εγκαταλείψει ποτέ. Αυτή δεν είναι μια εφήμερη Αγάπη, γιατί ο Θεός είναι αιώνιος. Όταν αγαπάμε τον Θεό, αγαπάμε έναν Αγαπημένο, ο οποίος θα είναι μαζί μας ακόμα και πέρα από τις πύλες του θανάτου. Όταν θα πάμε στην Κατοικία του Θεού, θα ζούμε σε αιώνιο "γάμο" με τον αληθινό Αγαπημένο μας.

ΖΩΝΤΑΣ ΣΕ ΜΙΑ ΧΩΡΑ ΑΓΑΠΗΣ

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έγραψε τον ακόλουθο στίχο:

«Αναζητώ μια χώρα Αγάπης, εκεί
που μιλούν μόνο για ειρήνη και καλοσύνη».

Αυτός ο στίχος περιγράφει ένα μαθητή που αναζητά μια χώρα Αγάπης. Ο μαθητής έχει ζήσει αμέτρητες ζωές βασάνων και έχει βιώσει τον πόνο που μπορεί κανείς να περάσει μέσα σε αυτό τον κόσμο. Έχει κουραστεί από τα κουτσομπολιά και από το να ακούει παράπονα. Είναι εξουθενωμένος από τις διαφωνίες και έχει κουραστεί να βλέπει τη βία και το μίσος γύρω του. Ο μαθητής δε θέλει να ζει σε μια χώρα με μάχες του εγώ, αγώνες ισχύος και κατακτητικούς πολέμους. Θέλει να ζήσει σε μια χώρα Αγάπης. Ο μαθητής αναζητά έναν τόπο όπου να μιλούν μόνο για ειρήνη και καλοσύνη. Ο μαθητής θέλει να μιλά και να ακούει γλυκά και γεμάτα αγάπη λόγια και να απολαμβάνει τη συντροφιά των άλλων, ζώντας μια αρμονική ζωή. Και διερωτάται: «Υπάρχει ένας τέτοιος τόπος και πού μπορεί να τον βρει κανείς;»

Έναν τέτοιο τόπο ο μαθητής δεν μπορεί να τον βρει σε εγκόσμια συντροφιά. Εκεί δεν υπάρχει τίποτα άλλο παρά συζήτηση για προβλήματα. Ο μαθητής θέλει τη συντροφιά κάποιου που να είναι γεμάτος με ειρήνη και αυτό μπορεί να το βρει μόνο στη συντροφιά ενός πνευματικού Διδασκάλου που έχει

πραγματοποιήσει τον Θεό. Ένας τέτοιος Άγιος είναι γεμάτος με Αγάπη, καθώς έχει συγχωνευθεί με την Πηγή όλης της Αγάπης που είναι ο Θεός. Επομένως, σε μια τέτοια συντροφιά γίνεται λόγος μόνο για την Αγάπη του Θεού. Σε μια τέτοια συντροφιά υπάρχει μόνο καλοσύνη.

Όταν πηγαίνει κάποιος στη συνάθροιση των μαθητών του Διδασκάλου *(Σάτσανγκ)*, θέλει να έχει την εμπειρία ενός χώρου Αγάπης και υπάρχουν πολλές ευκαιρίες που μπορεί να επισκεφθεί κανείς αυτό το χώρο. Οι άνθρωποι έρχονται εδώ, για να μπορέσουν να απολαύσουν την ειρήνη τού να είναι στην παρουσία του Διδασκάλου. Δεν έρχονται για να περάσουν την ώρα τους με κουτσομπολιά. Όταν κάθονται στην παρουσία του Διδασκάλου σε μία συνάθροιση για Σάτσανγκ ή περιμένουν για την ντάρσαν του Διδασκάλου, δε θέλουν να μιλούν για πράγματα που δεν έχουν Αγάπη και μάλιστα, μερικοί δε θέλουν να μιλούν καθόλου. Παραμένουν συγκεντρωμένοι για να αρπάξουν, όσο μπορούν περισσότερο, τις ματιές και την ακτινοβολία του Διδασκάλου. Δε θέλουν να αποσπάσουν την προσοχή τους με συζητήσεις εγκόσμιων πραγμάτων.

Πάνω σε αυτό το θέμα είναι γνωστή μια ιστορία. Υπήρχε μια φορά μια πριγκίπισσα με το όνομα Λάιλα, που ήταν διαρκώς απορροφημένη στην αγάπη και στην ενθύμηση του γήινου αγαπημένου της, του Μαζνού. Μια φορά πήγε σε έναν ιερό τόπο να προσευχηθεί. Ήταν τόσο χαμένη μέσα στις σκέψεις της για το Ματζνού, που δεν πρόσεξε πως πάτησε πάνω στο χαλί της προσευχής ενός ευσεβούς ανθρώπου. Μόλις πάτησε πάνω στο χαλί, ο ευσεβής άνθρωπος σηκώθηκε όρθιος και άρχισε να τη μαλώνει για την ιερόσυλη πράξη της. Η Λάιλα, με τη φασαρία, βγήκε από την ονειροπόλησή της και τότε ο ευσεβής άνθρωπος της είπε: «Πώς μπόρεσες να κάνεις μια τέτοια ασεβή πράξη, να περπατήσεις πάνω στο χαλί της προσευχής μου, ενώ προσευχόμουν;»

Απολογούμενη η Λάιλα του απάντησε: «Λυπάμαι, αλλά ήμουν τόσο χαμένη μέσα στις σκέψεις του εγκόσμιου αγαπημένου μου, που δεν πρόσεξα πού πάτησα». Στη συνέχεια με σο-

φία συμπλήρωσε: «Όμως διερωτώμαι, ευσεβή άνθρωπε, αν εγώ μπορούσα να είμαι τόσο χαμένη μέσα στον εγκόσμιο αγαπημένο μου και δεν πρόσεξα πού περπατούσα, εσύ πώς μπορούσες να είσαι τόσο χαμένος στην ενθύμηση του Θεού και συγχρόνως να προσέξεις ότι πάτησα πάνω στο χαλί σου; Αν ήσουν αληθινά χαμένος, δε θα με είχες προσέξει καθόλου».

Επομένως, ας γίνουμε περισσότερο σαν τη Λάιλα, παρά σαν τον ευσεβή άνθρωπο της ιστορίας, που ενδιαφερόταν περισσότερο στο να κρίνει τις πράξεις των άλλων από το να είναι απορροφημένος στον Θεό. Τότε και εμείς, όπως η Λάιλα, θα είμαστε ενωμένοι με τον Αγαπημένο μας.

Αν θέλουμε να είμαστε στη χώρα της Αγάπης, θα πρέπει να αποκομίσουμε το μέγιστο όφελος από το χρόνο μας στην παρουσία του Διδασκάλου. Χρειάζεται να πάμε σαν άδεια δοχεία, έτοιμοι να δεχθούμε το κύμα της Αγάπης του. Σκεφθείτε για το χρόνο που είμαστε μαζί με τον Διδάσκαλο, σαν στιγμές που μπαίνουμε σε ένα ναό, μέσα μας. Αν καθαρίσουμε το νου μας από τις σκέψεις του παρελθόντος, του μέλλοντος και του κόσμου και παραμείνουμε σε μια κατάσταση γεμάτη με Αγάπη και δεκτικότητα, θα είμαστε ανοιχτοί για να δεχθούμε τη Χάρη που ρέει. Αντί να είμαστε επικριτικοί, να παραπονιόμαστε και να είμαστε γεμάτοι με θυμό, απληστία, βία και εγωισμό, μπορούμε να δρούμε χωρίς βία, με καλοσύνη και ανιδιοτέλεια. Αν γίνουμε η άδεια κούπα που περιμένει να γεμίσει, σε μια δεκτική κατάσταση, θα μπορούμε να κολυμπήσουμε μέσα στη Θεία μακαριότητα. Ο μαθητής γνωρίζει ότι δεν υπάρχει τίποτα μέσα στον κόσμο που να μπορεί να τον ικανοποιήσει. Δεν υπάρχει τίποτα άλλο μέσα στον κόσμο που να φέρνει διαρκή μέθη. Ο μαθητής που όργωσε τη γη, ψάχνοντας για ευτυχία αλλά δεν τη βρήκε, γνωρίζει ότι η μόνη διαρκής χαρά είναι μέσα στη Θεία Αγάπη και τότε, αναζητά τη συντροφιά του Διδασκάλου και έχει την ελπίδα ότι εκεί θα βρει ανακούφιση από τα βάσανα του κόσμου.

Ο μαθητής γνωρίζει, επίσης, τη σπουδαιότητα του να "μπαίνει μέσα" του, μέσω του διαλογισμού. Το Εσωτερικό ταξί-

δι αρχίζει με το Εσωτερικό Φως. Η απορρόφηση μέσα στο Φως οδηγεί την ψυχή πιο βαθιά και πιο μακριά Εσωτερικά.

Τελικά, βιώνουμε Εσωτερικές θεάσεις και φθάνουμε στη Φωτεινή μορφή του Διδασκάλου. Η Αιθερική μορφή του Διδασκάλου έχει τα ίδια φυσικά χαρακτηριστικά, όπως η φυσική του μορφή, αλλά είναι πιο ακτινοβόλος. Δίνει περισσότερη μέθη από τη φυσική μορφή και δίνει ανακούφιση από τις θλίψεις του κόσμου. Η Ακτινοβόλος μορφή υπηρετεί ως οδηγός μας, για να μας πάει στο Εσωτερικό ταξίδι, στο Αιώνιο Σπίτι, στη Χώρα της Αγάπης.

ΚΟΛΥΜΠΗΣΤΕ ΜΕΣΑ ΣΤΟΝ ΩΚΕΑΝΟ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ

Όταν κολυμπάμε μέσα στον κρυστάλλινο, καθαρό Ωκεανό του Θεού, μπορούμε να δούμε την αντανάκλαση του αληθινού εαυτού μας, που είναι η ψυχή μας. Δεν υπάρχει ρύπος για να θολώσει αυτό τον Ωκεανό και έτσι, μπορούμε να δούμε μέχρι το βάθος του, αναπόσπαστοι από οτιδήποτε θα μπορούσε να εμποδίσει την προσοχή μας. Τότε, τα γεμάτα Αγάπη κύματά του μας αγκαλιάζουν. Δεν υπάρχουν ελκυστικά πράγματα να μας οδηγήσουν μακριά από την ειρήνη Του. Αντί για τις εφήμερες απολαύσεις του εξωτερικού κόσμου, απολαμβάνουμε την αιώνια μακαριότητα του Θεού. Όταν κολυμπάμε μέσα στον Ωκεανό του Θεού, βιώνουμε έκσταση.

Μια μακάρια δεξαμενή από Θείο Ύδωρ είναι μέσα μας όλη την ώρα. Μπορούμε να βουτήξουμε μέσα σε αυτήν οποιαδήποτε στιγμή. Όταν έρθουμε σε επαφή με τα νερά αυτής τη δεξαμενής, θα είμαστε ελεύθεροι από ανησυχίες. Βυθιζόμαστε σε μια ολοκληρωτική χαλάρωση. Τα καταπραΰντικά νερά της χαϊδεύουν και ξεπλένουν τις εντάσεις και του νου και του σώματός μας. Όταν η ψυχή μας λουστεί σε αυτή τη δεξαμενή μακαριότητας, ο νους περιέρχεται υπό έλεγχο και έτσι, δε διαταράσσεται η ησυχία μας στο επίπεδο της ψυχής.

Η εξήγηση της έννοιας “spa” είναι “να παίρνεις την ωφέ-

λεια από το νερό". Στις διακοπές συχνά αρέσει στους ανθρώπους να πηγαίνουν σε ένα "spa" και να κολυμπούν μέσα σε μια πισίνα ή να μουλιάζουν μέσα σε μια ζεστή μπανιέρα για να χαλαρώσουν. Όμως έχουμε και το δικό μας Εσωτερικό "spa", που τροφοδοτείται από τα νερά του Θεού και ηρεμούν την ψυχή μας. Όταν η ψυχή μας έχει ηρεμήσει, το σώμα και ο νους μας είναι φυσικά σε ανάπαυση.

Αν αυτή η Θεία δεξαμενή είναι πάντοτε μέσα μας, γιατί δεν κολυμπάμε μέσα σε αυτήν; Δυστυχώς, κολυμπάμε με το νου. Κολυμπώντας με τον νου είναι σαν να κολυμπάμε με τους καρχαρίες. Η πρόθεσή του είναι να μας καταβροχθίσει. Αν επιλέξουμε να κολυμπήσουμε με το νου, η καθαρή δεξαμενή λασπώνει. Τα ήρεμα νερά γίνονται βούρκος. Είναι πηκτά, κολλώδη και βαριά και μας παγιδεύουν.

Όταν ήμουν παιδί, τυχαία, έπεσα μέσα σε ένα βούρκο. Ήταν μια τρομακτική εμπειρία να νιώθω το σώμα μου να τραβιέται προς τα κάτω, όλο και πιο βαθιά, μέσα στο λασπώδες έδαφος. Κάποιος με είδε, με άρπαξε και με τράβηξε έξω. Όταν κολυμπάμε μέσα στη δεξαμενή του νου, αυτό είναι εκείνο που συμβαίνει. Η λάσπη μάς τραβά προς τα κάτω και από μόνοι μας δεν μπορούμε να βγούμε έξω.

Τι έκανε τη δεξαμενή να είναι λασπώδης; Ο νους είναι γεμάτος με επιθυμίες που μας οδηγούν σε εγωισμό, λαγνεία, θυμό, προσκόλληση και απληστία. Όταν η δεξαμενή μας είναι γεμάτη με το νου, κολλάμε. Είμαστε φορτωμένοι με περισσότερα προβλήματα και η ζωή μας είναι γεμάτη άγχος.

Αντί να κολυμπάμε με το νου, θα έπρεπε να κολυμπάμε με τον Θεό. Όταν κολυμπάμε με τον Θεό, είμαστε ικανοποιημένοι. Αγαπάμε τον Θεό και χάνουμε το εγώ μας. Είμαστε σαν εκείνους που αγαπούν τόσο πολύ, που ξεχνούν τον εαυτό τους. Είμαστε τόσο χαμένοι μέσα στον Θεό, που χάνουμε τον εαυτό μας και γινόμαστε ένα με τον Θεό.

Λέγεται ότι μια κούκλα από αλάτι πήγε στον ωκεανό να κάνει μια βουτιά. Μόλις μπήκε στον ωκεανό, διαλύθηκε και έγινε ένα μαζί του. Όταν είμαστε βυθισμένοι μέσα στον Θεό, είμαστε

όπως αυτή η κούκλα από αλάτι. Βουτάμε μέσα στον Ωκεανό του Θεού και καθώς βυθιζόμαστε μέσα σε αυτόν, χάνουμε τον εαυτό μας μεθυσμένοι. Αυτό όμως δεν είναι μια εκμηδένιση του εαυτού, αλλά μια διεύρυνση της συνειδητότητάς μας, για να γίνουμε ένα με τον Θεό και να διαποτιζόμαστε αιώνια με μακαριότητα και Αγάπη που δε γνωρίζουν τέλος.

Όταν κολυμπάμε με τον Θεό, δεν έχουμε καμία επιθυμία για τις αισθησιακές απολαύσεις του κόσμου, επειδή η Αγάπη του Θεού δίνει πληρότητα. Η μακαριότητα που διαπερνά την ψυχή, όταν κολυμπάμε με τον Θεό, είναι χιλιάδες φορές μεγαλύτερη από οποιαδήποτε εγκόσμια ικανοποίηση. Όταν κολυμπάμε με τον Θεό, γεμίζουμε με ηρεμία. Δεν έχουμε χρόνο ή ενδιαφέρον να κρίνουμε τους άλλους, επειδή είμαστε εστιασμένοι στο να είμαστε με το Θείο Αγαπημένο μας. Ένας στίχος από τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ λέει:

«Εκείνοι που είναι χαμένοι μέσα στη Θεία Μέθη
δεν έχουν χρόνο να γελάσουν
για την κατάσταση των άλλων».

Όταν κολυμπάμε με τον Θεό, έχουμε τα πάντα και είμαστε ικανοποιημένοι. Δεν υπάρχει τίποτα μέσα σε αυτόν τον κόσμο που να συγκρίνεται με την έκσταση τού να κολυμπάμε μεσα στον Θεό. Ολόκληρο το είναι μας, από τα μύχια της ψυχής, είναι συνεπαρμένο από το αγκάλιασμα και την Αγάπη του Θεού. Ποιος θα ήθελε να φύγει από έναν ωκεανό απίστευτης Αγάπης; Καμία επιθυμία αυτού του κόσμου δεν μπορεί να μας τραβήξει μακριά από αυτήν τη μακαριότητα. Συνειδητοποιούμε ότι όλοι και τα πάντα αυτού του κόσμου είναι εφήμερα. Γνωρίζουμε ότι μια μέρα θα πεθάνουμε ή εκείνοι που αγαπάμε θα πεθάνουν. Μόνον η ψυχή και ο Θεός είναι διαρκείς και αιώνιοι. Όταν χάσουμε την προσκόλλησή μας για τον εφήμερο κόσμο και προσκολληθούμε στον Θεό, αποκτούμε διαρκή ευτυχία. Συνειδητοποιούμε ότι, όταν αγαπήσουμε τον Θεό, είμαστε με έναν Αγαπημένο που θα είναι μαζί μας στην αιωνιότητα.

Μπορούμε να κολυμπήσουμε με τον Θεό οποιαδήποτε

στιγμή θέλουμε. Ο Θεός έχει στείλει τον Διδάσκαλο για να μας διδάξει πώς να κολυμπήσουμε στη μακαριότητα. Μπορούμε να το κάνουμε αυτό διαλογιζόμενοι. Ο διαλογισμός δεν είναι απλώς μια μηχανική διαδικασία, είναι βουτιά μέσα σε μια δεξαμενή μακαριότητας. Εστιάζουμε την προσοχή μας μέσα στη δεξαμενή της Αγάπης, μεταξύ των δύο φρυδιών μας, και βουτάμε μέσα. Με τον νου μας ακίνητο, βουτάμε μέσα στα καταπραϋντικά νερά του Θείου Αγαπημένου και ερχόμαστε σε πλήρη έκσταση.

Μια φορά ο Ραμακρίσνα είπε σε έναν μαθητή του:

«Ο Θεός είναι ένας ωκεανός μακαριότητας. Θέλεις να βουτήξεις μέσα σε αυτόν;»

Ο μαθητής είπε: «Πώς;»

Ο Ραμακρίσνα του είπε: «Αν υπάρχει ένα δοχείο με σιρόπι και εσύ είσαι μια μύγα, πού θα καθίσεις για να πιεις το σιρόπι;»

Ο μαθητής είπε: «Θα καθόμουν στο χείλος του δοχείου».

Ο Ραμακρίσνα τον ρώτησε: «Γιατί λες ότι θα καθόσουν στο χείλος του δοχείου;»

Ο μαθητής απάντησε: «Αν πάω πιο βαθιά, θα πνιγώ και θα χάσω τη ζωή μου».

Ο Ραμακρίσνα είπε: «Αλλά μέσα στον Ωκεανό του Θεού δεν υπάρχει ο φόβος του θανάτου. Είναι ένας Ωκεανός Αθανασίας. Βουτώντας μέσα σε αυτόν, γίνεται κανείς αθάνατος. Βούτα, λοιπόν, μέσα. Δε χάνει κανείς τη συνειδητότητά του, βουτώντας μέσα στον Ωκεανό του Θεού. Μην καθίσεις στο χείλος, αλλά βούτα μέσα!»

Μέσω του διαλογισμού, βουτάμε μέσα στην καρδιά του Ωκεανού και παραμένουμε βυθισμένοι μέσα στον Ωκεανό της Αγάπης.

Ακόμη και όταν δε διαλογιζόμαστε, μπορούμε να κολυμπάμε σε έκσταση. Πώς; Μπορούμε να κρατάμε την προσοχή μας στον Θείο Αγαπημένο όλες τις ώρες της ημέρας και της νύχτας. Ενώ οδηγούμε, ενώ εργαζόμαστε με τα χέρια ή το σώμα μας, ενώ μαγειρεύουμε φαγητό, ενώ τρώμε, ενώ γυμναζόμαστε ή κάνουμε οποιαδήποτε άλλη δραστηριότητα, μπορούμε να θυ-

μόμαστε τον Θεό. Όταν πηγαίνουμε στο Σάτσανγκ, αν είμαστε δεκτικοί, μπορούμε να αφήσουμε τα νερά της Θείας Αγάπης να ρέουν μέσα μας. Το να κολυμπάμε με τον Θεό μάς γεμίζει με Αγάπη και γινόμαστε η κατοικία της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινοφροσύνης και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Βουτώντας μέσα στη δεξαμενή του Θεού, μπορούμε να κολυμπάμε αιώνια στη μακαριότητα.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ

Συλλογιστείτε στιγμές της ζωής σας που νιώσατε αγάπη. Συλλογιστείτε πόσο χαρούμενη θα ήταν η ζωή σας, αν μπορούσατε να ζείτε σε μια τέτοια κατάσταση όλη την ώρα. Καθίστε, λοιπόν, σε διαλογισμό για να έρθετε σε επαφή με τη Θεία Αγάπη Εσωτερικά.

ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΔΟΤΗ

Η Αιώνια Φλόγα λάμπει μέσα μας όταν είμαστε δεκτικοί, έχουμε ένα κυρίαρχο πάθος και ζούμε μέσα στην Αγάπη. Δυναμώνει ακόμη περισσότερο, όταν έχουμε ευγνωμοσύνη προς τον Θεό, το Δότη. Η ευγνωμοσύνη είναι ένα ακόμη δώρο που δίνει ο Θεός, για να επιταχύνει την πνευματική μας πρόοδο.

ΠΡΟΣΕΥΧΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΘΕΟ

Υπήρχε μια κινηματογραφική ταινία στην οποία ένας άνδρας είχε την ευκαιρία να αναλάβει τη δουλειά του Θεού. Γρήγορα διαπίστωσε ότι ο Θεός βομβαρδιζότανε με ατέλειωτα παράπονα και προσευχές από δισεκατομμύρια ανθρώπους, που όλοι τους ζητούσαν συγχρόνως διάφορα πράγματα.

Σ᾽ αυτή τη χιουμοριστική ταινία, όταν ο Θεός κοίταξε την αλληλογραφία του, βρήκε εκατομμύρια ηλεκτρονικά μηνύματα με παράπονα και αιτήματα. Αλλά ήταν λίγοι εκείνοι που ευχαριστούσαν τον Θεό για το καλό που τους έκανε.

Μπορεί να είναι μια χιουμοριστική ταινία, αλλά ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα. Συγκεντρώνουμε την προσοχή μας περισσότερο σ᾽ αυτά που δεν μας έδωσε ο Θεός, παρά σ᾽ αυτά που μας έδωσε. Αν είχαμε να γράψουμε ένα ευχαριστήριο σημείωμα προς τον Θεό για όλα τα καλά που έχουμε δεχθεί, θα ανακαλύπταμε ότι έχουμε δεχθεί πολλά δώρα.

Υπάρχει μια ιστορία στην οποία ο Θεός στέλνει δύο αγγέλους στη Γη, για να ακούσουν τις προσευχές της ανθρωπότη-

τας. Ο ένας άγγελος ανέλαβε να μαζέψει τις προσευχές στις οποίες οι άνθρωποι ζητούσαν κάτι από τον Θεό. Ο άλλος άγγελος ανέλαβε να συγκεντρώσει τις προσευχές με ευχαριστίες και έκφραση ευγνωμοσύνης προς τον Θεό.

Οι δύο άγγελοι πήραν δυο μεγάλα καλάθια, για να βάλουν μέσα τις προσευχές και κατέβηκαν στη γη για να αρχίσουν τη δουλειά τους. Συμφώνησαν να ξανασυναντηθούν μετά από ένα μήνα με τα αποτελέσματά τους. Ο άγγελος ο οποίος μάζευε τις προσευχές στις οποίες άνθρωποι ζητούσαν κάτι από τον Θεό ήταν εξαιρετικά πολυάσχολος. Πολλοί ήταν οι άνθρωποι που προσεύχονταν στον Θεό για να τους βοηθήσει να βγάλουν λεφτά ή για να τους έρθει μια αναπάντεχη κληρονομιά. Άλλοι προσεύχονταν για να γιατρευτούν από τις αρρώστιες τους. Πολλοί προσεύχονταν για να γίνουν καλά στην υγεία τους τα παιδιά, οι σύζυγοι, οι γονείς, τα αδέλφια, οι συγγενείς ή οι φίλοι τους. Ο άγγελος μάζεψε, επίσης, προσευχές με τις οποίες άνθρωποι ζητούσαν ηλεκτρονικούς υπολογιστές, σπάνια κοσμήματα, ακριβά ρούχα και ωραία παιχνίδια. Υπήρχαν και πολλές άλλες επιστολές με προσευχές που είχαν αιτήματα για διάφορα άλλα πράγματα.

Αυτός ο άγγελος επικοινώνησε με τον δεύτερο άγγελο και τον ρώτησε: «Γέμισε το καλάθι σου με προσευχές;»

Ο άλλος άγγελος είχε ταξιδέψει παντού, προσπαθώντας να γεμίσει το καλάθι με προσευχές ευχαριστιών, όμως πέρασαν μια μέρα, δυο μέρες, τρεις μέρες, αλλά δεν άκουγε καθόλου προσευχές ευγνωμοσύνης, παρότι επισκέφθηκε νέους και ηλικιωμένους ανθρώπους, άνδρες και γυναίκες, ανθρώπους από όλες τις χώρες, απ᾽ όλες τις θρησκείες και άτομα κάθε οικονομικής κατάστασης. Παρ᾽ όλ᾽ αυτά, δεν άκουσε ούτε μια προσευχή ευγνωμοσύνης. Το μόνο που άκουγε ήταν προσευχές στις οποίες ζητούσαν πράγματα. Τότε, ο άγγελος αυτός επικοινώνησε με τον άλλο άγγελο, για να μάθει εάν το καλάθι με τις προσευχές εκείνου του αγγέλου είχε γεμίσει με προσευχές.

«Ω, ναι, δε γέμισα μόνο ένα καλάθι, αλλά έχω ένα φορτίο από αυτές», είπε ο πρώτος άγγελος.

Στο τέλος του μήνα, οι δύο άγγελοι εκπλήρωσαν την αποστολή τους και ήταν έτοιμοι να γυρίσουν στον Θεό. Ο άγγελος που μάζευε προσευχές με αιτήματα είχε ένα μεγάλο φορτίο από αυτές και ενώ ο χρόνος τους έφθασε στο τέλος, ο άγγελος που μάζευε προσευχές με ευχαριστίες είχε μαζέψει μόνο λίγες.

Όταν παρουσίασαν στον Θεό τα αποτελέσματα της έρευνάς τους, ο Θεός "αναστέναξε" και είπε:

«Αυτό δεν είναι τίποτα καινούριο, τώρα πήρατε μια γεύση του τι σημαίνει να είναι κανείς Θεός! Οι άνθρωποι πάντοτε προσεύχονται ζητώντας κάτι από Εμένα, πράγμα που είναι καλό, γιατί τουλάχιστον με σκέφτονται. Αλλά είναι λίγοι αυτοί που καμιά φορά με ευχαριστούν».

Αυτή η ιστορία απεικονίζει την ανθρώπινη φύση. Οι άνθρωποι ζητάνε από τους άλλους να κάνουν κάτι γι᾽ αυτούς, αλλά πόσοι είναι αυτοί που μπαίνουν στον κόπο να τους ευχαριστήσουν; Κατά τον ίδιο τρόπο και εμείς, προσευχόμαστε στον Θεό για πράγματα που θέλουμε, αλλά πόσοι από εμάς μπαίνουμε στον κόπο να ευχαριστήσουμε τον Θεό;

Το ταχυδρομείο δέχεται πολλά γράμματα από παιδιά που απευθύνονται στον Άγιο Βασίλη πριν τα Χριστούγεννα. Όμως, μετά τα Χριστούγεννα, τα παιδιά δε στέλνουν ποτέ ούτε ένα γράμμα στον Άγιο Βασίλη με ευχαριστίες για αυτά που δέχτηκαν στις γιορτές.

ΔΩΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΟΤΗ

Ας υπολογίσουμε πάλι τα πολλά πράγματα για τα οποία χρωστάμε ευγνωμοσύνη στον Θεό, τον Δότη μας. Πρώτον, είμαστε πάρα πολύ τυχεροί που η ψυχή μας γεννήθηκε μέσα σε ένα ανθρώπινο σώμα. Εάν κοιτάξουμε γύρω μας τα διάφορα είδη της ζωής, βλέπουμε πόσο δύσκολες είναι οι συνθήκες της ύπαρξής τους. Ζούνε μια ζωή που πρέπει να προστατευθούν από τα στοιχεία της φύσης και ακόμα, ζούνε κάτω από το φόβο των αρπαχτικών. Αν και πολλοί άνθρωποι συμπεριφέρονται στα κατοικίδια ζώα

τους όπως και στα μέλη της ίδιας της οικογένειάς τους, τα κατοικίδια είναι παρ᾽ όλα αυτά σκλαβωμένα. Ακόμη και αν τώρα υπάρχουν ινστιτούτα καλλονής για κατοικίδια, θεραπευτές που προσφέρουν ακόμα και μαθήματα γιόγκα για ζώα, τα ζώα στερούνται της ικανότητας που εμείς διαθέτουμε, με την οποία μπορούμε να έχουμε συνείδηση του ποιοι είμαστε. Οι ζωές τους περιορίζονται στα συναισθήματα και τα ένστικτα επιβίωσης. Δεν μπορούν να στοχαστούν για το ποια είναι, το γιατί είναι εδώ και το πού πηγαίνουν. Είμαστε τυχεροί που γεννηθήκαμε στο μόνο είδος στο οποίο μπορούμε να γνωρίσουμε τους εαυτούς μας και τον Θεό. Γι᾽ αυτό, θα πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό.

Πόσοι ευχαριστούμε τον Θεό για την υγεία μας; Όταν αντιμετωπίζουμε τους πόνους μιας σοβαρής ασθένειας ή έχουμε ένα ατύχημα και υποφέρουμε, τότε κάνουμε μακριές προσευχές στον Θεό για να μας βοηθήσει, να μας ανακουφίσει από τους πόνους και να μας θεραπεύσει. Κι όμως, πόσοι από εμάς προσευχόμαστε στον Θεό με ευγνωμοσύνη για την υγεία μας; Μπορεί να πούμε ένα «Δόξα τω Θεώ», όταν η αρρώστια ή ο πόνος περάσει, αλλά συχνά, μετά απ᾽ αυτό, δεν ευχαριστούμε τον Θεό για κάθε μέρα που είμαστε υγιείς.

Ένας φίλος μιας μεγάλης αγίας γυναίκας, της Ραμπία Μπάσρι, κάποτε την επισκέφθηκε με επιδέσμους στο κεφάλι του και βογκώντας, παραπονιόταν στον Θεό και της είπε το πρόβλημά του, ότι δηλαδή είχε δυνατό πονοκέφαλο.

Η αγία τον ρώτησε: «Πόσο καιρό έχεις τον πονοκέφαλο;» Εκείνος απάντησε ότι τον είχε μια ολόκληρη μέρα. Τότε εκείνη τον ξαναρώτησε: «Πόσες μέρες της ζωής σου έχεις περάσει χωρίς πονοκέφαλο;»

Απάντησε ότι δεν είχε πονοκέφαλο σχεδόν ποτέ στη ζωή του. Τότε η αγία του είπε με σοφία: «Για μια μέρα που έχεις πονοκέφαλο παραπονιέσαι στον Θεό, όμως για τις χιλιάδες μέρες της ζωής σου που δεν είχες πονοκέφαλο, είχες ποτέ ευχαριστήσει τον Θεό;»

Μπορεί να πιστεύουμε ότι ο Θεός υπάρχει μόνον όταν

όλα πάνε καλά. Αδιαφορούμε για τα καλά πράγματα, όπως τα σωματικά, διανοητικά, και συναισθηματικά μας δώρα από τον Θεό. Ξεχνάμε πως όλα όσα δεχόμαστε έρχονται από τον Θεό. Αντί γι᾽ αυτό, βάζουμε έναν όρο ότι πιστεύουμε στον Θεό, μόνον όταν έχουμε όλα όσα θέλουμε. Θεωρούμε δεδομένα αυτά που μας έχει δώσει ο Θεός και επικεντρώνουμε την προσοχή μας σ᾽ αυτά που δεν μας έχει δώσει.

Μπορεί να είχαμε μια δουλειά για είκοσι πέντε χρόνια, αλλά έτσι και μια φορά μας απολύσουν προσωρινά, λόγω περικοπών της εταιρείας, λέμε ότι δεν υπάρχει ένας δίκαιος Θεός. Μπορεί να είχαμε μια τρυφερή οικογενειακή σχέση για πενήντα χρόνια, αλλά όταν το ένα μέλος της οικογένειας πεθαίνει, ξεχνάμε όλο το διάστημα που απολαύσαμε τη συντροφιά του ή τη συντροφιά της και αντί γι᾽ αυτό, κατηγορούμε τον Θεό ή λέμε ότι δεν υπάρχει κανένα καλό στη ζωή μας. Μπορεί να ήμασταν υγιείς για σαράντα χρόνια, αλλά με την πρώτη σοβαρή αρρώστια που μας έρχεται λέμε: «Γιατί συμβαίνει αυτό σε μένα που Τον πιστεύω; Δεν πρέπει να υπάρχει ένας δίκαιος Θεός».

Μπορεί να κερδίζουμε σε όλα τα αθλητικά μας παιχνίδια, αλλά μια και μόνο ήττα μας κάνει να λέμε: «Ο Θεός δεν είναι δίκαιος και δεν ενδιαφέρεται για μένα». Έλα στη θέση του Θεού. Ανεξάρτητα από όλα όσα μας έχουν δοθεί, μεμψιμοιρούμε στον Θεό, όταν ένα πράγμα πάει στραβά. Πώς νομίζουμε ότι “αισθάνεται” ο Θεός, όταν συμβαίνει κάτι τέτοιο; Λίγοι ευγνωμονούν τον Θεό για τα καλά που δέχονται και όταν κάτι δεν πάει καλά, να λένε στο Θεό: «Εντάξει, Θεέ, σε αγαπώ παρ᾽ όλα αυτά, σου είμαι ευγνώμων και ξέρω ότι είσαι εκεί. Αυτό που συνέβη θα πρέπει να ήταν το καλύτερο για μένα ή να οφειλόταν στο κάρμα που εγώ δημιούργησα ή είναι μέρος της φύσης και της ζωής και είναι εντάξει, σύμφωνα με το θέλημά Σου». Πόσοι άνθρωποι κρατάνε μια τέτοια στάση ευγνωμοσύνης προς τον Θεό;

Υπάρχουν άνθρωποι που υποφέρουν πάρα πολύ από πόνους και όμως, παραμένουν ευγνώμονες και ευχαριστούν τον Θεό για τις μέρες που δεν πονάνε. Οι περισσότεροι θεωρούν

την καλή υγεία δεδομένη. Ακόμη και αν έχουμε μερικά σωματικά προβλήματα ή κάποιους πόνους με τους οποίους πρέπει να ζήσουμε, θα πρέπει να ευχαριστούμε το Θεό για όσα έχουμε ακόμα τη δυνατότητα να κάνουμε αυτά που μπορούμε, είτε αυτό είναι το να ξυπνάμε το πρωί ή να πηγαίνουμε στη δουλειά ή να βρίσκουμε μερικές στιγμές απόλαυσης στη ζωή μας. Εάν ξοδεύουμε χρόνο παραπονούμενοι στο Θεό για τη σωματική μας κατάσταση, παρόλο που μπορούμε ακόμη να περπατάμε και να έχουμε λογική, θα έπρεπε να κοιτάξουμε αυτούς που έχουν σοβαρά προβλήματα, τα οποία τους κάνουν να είναι ακίνητοι ή εξαρτώμενοι από άλλους και τότε να επανεκτιμήσουμε την κατάστασή μας.

Πολλοί άνθρωποι που έχουν προβλήματα, είναι πολύ ευγνώμονες που είναι ζωντανοί ή ακόμα, που οι ταλαιπωρίες τους δεν είναι χειρότερες. Είναι ευγνώμονες προς τον Θεό για όσες ευλογίες ήδη έχουνε. Ας ευχαριστήσουμε τον Θεό για την υγεία μας και να είμαστε ευγνώμονες που οι αρρώστιες μας δεν είναι ακόμη χειρότερες. Για κάθε μέρα που μπορούμε να κάνουμε τη δουλειά μας, να απολαμβάνουμε την οικογένεια και τους φίλους μας, να διαλογιζόμαστε, ας ευχαριστούμε τον Θεό.

Θα έπρεπε να είμαστε ευγνώμονες στον Θεό και για τη μόρφωση που πήραμε. Η μόρφωση μας βοηθάει να έχουμε δυνατότητες επιλογής στη ζωή και στην καριέρα μας. Έχουμε επιλογές στα θέματα που θέλουμε να σπουδάσουμε και στους τομείς που θέλουμε να ειδικευθούμε. Υπάρχουν πολλοί που δεν έχουν επιλογές και είναι υποχρεωμένοι να κάνουν οποιαδήποτε δουλειά βρίσκουν. Να ευχαριστούμε τον Θεό για τη δυνατότητα μόρφωσης που είχαμε και για τη βοήθειά Του προς εμάς.

Έχουμε ευχαριστήσει ποτέ τον Θεό για τον σύντροφό μας, τους γονείς μας ή τα παιδιά μας; Συχνά βρίσκουμε λόγους να παραπονεθούμε για μέλη της οικογένειάς μας, αλλά σπάνια αναγνωρίζουμε πόσο βοηθητικό είναι που έχουμε μια οικογένεια. Μερικοί μπορεί να ζουν μόνοι τους τώρα, αλλά όσο καιρό μεγάλωναν, ζούσαν μέσα σε μια οικογένεια. Σκεφθείτε πόσο δύσκολη θα ήταν η ζωή χωρίς γονείς, ένα κηδεμόνα, αδέλφια,

σύζυγο, παιδιά ή συγγενείς. Οι φίλοι μπορούν να μας βοηθήσουν μέχρις ενός σημείου, αλλά τα μέλη της οικογένειάς μας συνήθως είναι στο πλευρό μας κάτω από οποιεσδήποτε συνθήκες. Όταν αρρωστήσουμε, μας συμπαραστέκονται. Όταν δεν έχουμε χρήματα, μας βοηθούν, είναι κοντά μας, για να ακούσουν τα προβλήματά μας και να μας βοηθήσουν. Συχνά, βρίσκουμε αιτίες να παραπονεθούμε στον Θεό για μέλη της οικογένειάς μας, αλλά πόσοι ευχαριστούν τον Θεό που τους τα έχει δώσει; Συχνά τους εκτιμούμε, μόνο όταν τους χάσουμε, λόγω θανάτου ή χωρισμού. Ας αφιερώσουμε χρόνο για να ευχαριστήσουμε τον Θεό για αυτούς και για να τους δείξουμε, επίσης, πόσο πολύ τους εκτιμούμε. Πότε ήταν η τελευταία φορά που είπαμε στους δικούς μας ότι τους αγαπάμε και τους εκτιμάμε; Ας προσθέσουμε τις ευχαριστίες για τις σχέσεις μας στο καλάθι του αγγέλου που μαζεύει προσευχές ευγνωμοσύνης.

Η ανάπτυξη της ευγνωμοσύνης αρχίζει με την αναγνώριση όλων των δώρων που δεχόμαστε.

ΥΛΙΚΑ ΔΩΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΘΕΟ

Μπορούμε να μιλήσουμε και για τα υλικά δώρα που μας προσφέρει ο Θεός. Κάθε μέρα, ο ήλιος ανατέλλει για να φέρει φως στον κόσμο, ώστε να μπορούμε να βλέπουμε. Ο ήλιος μας θερμαίνει. Προμηθεύει τροφή στα φυτά, τα οποία με τη σειρά τους μας δίνουν την τροφή μας.

Ο Θεός μας έχει δώσει τη φύση που είναι γεμάτη με τροφή για να φάμε και νερό να πιούμε. Οι κύκλοι της φύσης ανανεώνουν τα αποθέματα τροφών και νερού. Σκεφθείτε πόσα πολλά δισεκατομμύρια χρόνια υπάρχει αυτός ο πλανήτης και τα δισεκατομμύρια των μορφών ζωής που έχουν τραφεί και έχουν πιει νερό από αυτή τη γη. Μέχρι τώρα η τροφή και το νερό δεν έχουν εξαντληθεί.

Παρόμοια, τα αποθέματα του αέρα συντηρούν τη ζωή εδώ και δισεκατομμύρια χρόνια. Σκεφθείτε πόσοι πολλοί άνθρωποι αναπνέουν οξυγόνο από την ατμόσφαιρα και μέχρι τώρα δεν

έχει εξαντληθεί. Τα φυτά τροφοδοτούν συνεχώς την ατμόσφαιρα με οξυγόνο, καθώς αναπτύσσονται από το διοξείδιο του άνθρακα που ελευθερώνουν κατά την εκπνοή τους οι άνθρωποι και τα ζώα. Τι σπουδαίο σύστημα είναι αυτό που ο Θεός έχει προνοήσει! Αυτά είναι μερικά παραδείγματα για τα οποία μπορούμε να ευχαριστούμε καθημερινά τον Θεό. Μπορούμε να ευχαριστούμε τον Θεό που υπάρχουν συστήματα διανομής της τροφής στη διάθεσή μας, με ένα δίκτυο καταστημάτων. Η εργασία έχει κατανεμηθεί και έτσι δεν είμαστε υποχρεωμένοι να καλλιεργούμε οι ίδιοι την τροφή μας. Το νερό παρέχεται στο σπίτι μας με τη βοήθεια σωληνώσεων. Τα υπολείμματα απομακρύνονται με ένα σύστημα αποχέτευσης. Η ζωή μας έχει γίνει ευκολότερη με διάφορα μέσα που έχουν ανακαλυφθεί. Πολλά από αυτά λειτουργούν με ηλεκτρισμό που παρέχεται μέσω μιας εγκατάστασης, η οποία στέλνει ενέργεια στο σπίτι μας.

Έχουμε τηλέφωνα, τηλεοράσεις και ηλεκτρονικούς υπολογιστές που λειτουργούν με ασύρματη σύνδεση. Κάθε μέρα μπορούμε να ευχαριστούμε τον Θεό για καινοτομίες που κάνουν τη ζωή μας ευκολότερη, συντομεύουν τις μεταφορές και κάνουν την επικοινωνία μας άμεση.

Ανήκουν πια στο παρελθόν οι μέρες που ένα γράμμα έπρεπε να σταλεί με έναν αγγελιοφόρο που ταξίδευε με τα πόδια ή πάνω σε άλογο ή με αργοκίνητα υπερπόντια πλοία που μπορούσαν να κάνουν μέρες, εβδομάδες ή και μήνες, μέχρι να φθάσουν. Τώρα, με ηλεκτρονικά μηνύματα, φαξ, και τηλέφωνα επικοινωνούμε σε μηδενικό χρόνο.

Μπορούμε να είμαστε ευγνώμονες στον Θεό για τις εντυπωσιακές ανακαλύψεις στην ιατρική. Πολλοί άνθρωποι διατηρούν την υγεία τους με αλλοπαθητικά φάρμακα, αγιουβερδικά, ομοιοπαθητικά ή με άλλα μέσα. Μπορούμε να ευχαριστούμε τον Θεό για κάθε στιγμή που αισθανόμαστε υγιείς. Εάν σκεφθούμε τη ζωή μας, τον περισσότερο καιρό είμαστε υγιείς ή σε μια κατάσταση υποφερτής ταλαιπωρίας, έτσι ώστε να μπορούμε ακόμη να δουλεύουμε και να παίζουμε. Παρόλο που έχουν υπάρξει μερικές στιγμές που είχαμε ανυπόφορο πόνο, ήταν λί-

γες σε σύγκριση με τις στιγμές που δεν είχαμε καθόλου ή που είχαμε μικρό, υποφερτό πόνο. Τις περισσότερες φορές, ο γιατρός ή τα φάρμακα μας βοηθούν να απαλλαχθούμε από πολύ έντονους πόνους. Εάν έπρεπε να καταγράψουμε τις μέρες που ήμασταν υγιείς, θα γεμίζαμε εκατοντάδες καλάθια με ευχαριστίες προς τον Θεό για την ευλογία της καλής μας υγείας.

ΔΙΑΝΟΗΤΙΚΑ ΔΩΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΘΕΟ

Εκτός από τις υλικές ευλογίες, έχουμε και νοητικά δώρα από τον Θεό. Η ζωή στον πλανήτη δεν είναι εύκολη για τα ζώα. Η ζωή τους είναι αγώνας επιβίωσης. Βασίζονται στο ένστικτο, για να βρουν την τροφή τους, για να γεννήσουν και να προστατεύσουν τα παιδιά τους. Αγωνίζονται για να επιβιώσουν. Οι άνθρωποι έχουν έναν εγκέφαλο με νοημοσύνη, για να βρουν τρόπους να επιβιώσουν. Έχουμε μια εξελιγμένη διάνοια, για να βρούμε πολιτισμένους τρόπους διαβίωσης. Μαθαίνουμε μια τέχνη ή ένα επάγγελμα, από τα οποία οι άλλοι επωφελούνται από τις ικανότητές μας. Έχουμε μια κοινωνία αλληλεξάρτησης στην οποία μπορούμε να κερδίζουμε χρήματα από τη δουλειά μας και να τα χρησιμοποιούμε, για να αγοράζουμε ό,τι χρειαζόμαστε. Διαφορετικά αν ήμασταν ο καθένας ανεξάρτητος, θα έπρεπε το καθετί να το κάνουμε οι ίδιοι για εμάς και την οικογένειά μας. Με την αλληλεξάρτηση μπορούμε να έχουμε πρόσβαση σε όλα τα εμπορεύματα, εφόδια και υπηρεσίες που χρειαζόμαστε, με αντάλλαγμα να προσφέρουμε και εμείς κάποια υπηρεσία ή αγαθά στους άλλους. Πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό, εάν έχουμε κάποια επιδεξιότητα που μπορούμε να την χρησιμοποιήσουμε και με αυτή να μπορούμε να ζήσουμε. Μπορούμε να είμαστε ευγνώμονες, εάν ζούμε σε μια κοινωνία στην οποία οι άνθρωποι έχουν προνοήσει για οικονομική βοήθεια των αδυνάτων, ασφάλεια, κοινωνική πρόνοια, ασφάλιση ή φιλανθρωπία για τις περιόδους που δεν έχουμε δουλειά. Έχουμε ποτέ ευχαριστήσει το Θεό που μας βοηθάει να έχουμε φαγητό κάθε μέρα;

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΔΩΡΑ

Έχουμε επίσης και συναισθηματικά δώρα από τον Θεό. Η συναισθηματική μας πλευρά αναπτύσσεται με την αγάπη και το δέσιμό μας με τους άλλους. Καθένας από εμάς είχε γονείς ή έναν κηδεμόνα, αδελφούς και αδελφές, παππούδες και γιαγιάδες, θείους και θείες ή γείτονες να μας παρείχαν αγάπη, όσο ήμασταν παιδιά. Μερικοί μπορεί να είχαν περισσότερη αγάπη σαν παιδιά, ενώ άλλοι λιγότερη. Ωστόσο, σχεδόν κάθε άνθρωπος μπορεί να βρει ένα λόγο να ευχαριστήσει τον Θεό για κάποιον που τον βοήθησε στη ζωή του. Μπορεί να έχουμε αγάπη από ένα σύζυγο, έναν αγαπημένο ή ένα καλό φίλο. Μπορεί να κάνουμε σχέσεις μέσα στην οικογένειά μας, στη δουλειά, με τους γείτονές μας, σε μια αθλητική ομάδα ή στους χώρους λατρείας μας. Οι άνθρωποι αναπτύσσονται με τις σχέσεις που δημιουργούν, καθώς έχουνε την τάση να κάνουν φιλίες. Εάν σκεφθούμε πόσους δεσμούς φιλίας έχουμε δημιουργήσει, μπορούμε αυτούς να τους προσθέσουμε στο καλάθι με τις ευχαριστίες μας προς τον Θεό. Μπορούμε να ευχαριστήσουμε τον Θεό για αυτές τις σχέσεις που μας φέρνουν αγάπη.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΩΡΑ ΤΟΥ ΘΕΟΥ

Έχουμε δεχθεί, επίσης, πνευματικά δώρα. Σ᾽ αυτά περιλαμβάνεται το δώρο να λαχταράει η ψυχή μας να ενωθεί με τον Θεό. Πολλοί μπορεί να νομίζουν ότι ο Θεός τους έχει εγκαταλείψει. Δεν αισθάνονται τον Θεό στη ζωή τους. Μερικοί αρνούνται ακόμη και την ύπαρξη του Θεού. Γιατί; Όταν είμαστε τόσο συγκεντρωμένοι στην εξωτερική ζωή μας, δε βλέπουμε τι έρχεται σε μας από την Εσωτερική ζωή μας. Είμαστε εστραμμένοι προς μια μόνο κατεύθυνση.

Πνευματικά, είμαστε ευλογημένοι. Η ψυχή μας είναι ένα μέρος του Θεού. Καθένας από εμάς είναι ευλογημένος με ένα δρόμο, για να βρει το Θεό που βρίσκεται μέσα μας. Σ᾽ αυτή την αναζήτηση, μερικοί άνθρωποι αρκούνται στο επίπεδο επισκέ-

ψεών τους σε τόπους λατρείας και στο διάβασμα ιερών κειμένων. Για αυτούς, αυτό αποτελεί μια αρχική σύνδεση με τον Θεό. Οι εξωτερικές θρησκευτικές πρακτικές προβλέπουν κάποιο χρόνο, τον οποίο οι άνθρωποι μπορούν να αφιερώσουν στον Θεό, να ψάλλουν ύμνους και να λατρέψουν τον Θεό. Αυτά τα δώρα συγκεντρώνουν την προσοχή μας στον Θεό.

Πάντως, για να έχει η ψυχή μας άμεση εμπειρία του Θεού, δεν αρκεί η εξωτερική λατρεία. Υπάρχει ένα μέρος του είναι μας που θέλει να γνωρίσει τον Θεό και δεν ικανοποιείται μόνο με το να διαβάζει για τον Θεό στις Γραφές ή να ακολουθεί εξωτερικά λατρευτικά έθιμα προς τον Θεό. Κάποτε βιώνουμε μια πνευματική αφύπνιση και τότε, συνειδητοποιούμε την ανάγκη να βρούμε τον Θεό. Αρχίζουμε να λαχταράμε να έχουμε μια από πρώτο χέρι εμπειρία της Θεϊκής σπίθας. Αρχίζουμε μια αναζήτηση του Θεού και δεν μπορούμε να ησυχάσουμε μέχρι να συναντήσουμε τον Θεό. Δεν ικανοποιούμαστε πλέον με τα θέλγητρα αυτού του κόσμου. Θέλουμε κάτι που να είναι μόνιμο.

Ο Θεός είναι φιλεύσπλαχνος και λειτουργεί μέσω των πνευματικών Διδασκάλων. Οι Διδάσκαλοι δείχνουν το δρόμο της επιστροφής μας στην Κατοικία του Θεού. Ένας πνευματικός Διδάσκαλος βρίσκεται παντού και πάντα για όλους, για να δείξει στους αναζητητές το δρόμο επιστροφής τους στον Θεό. Οι Διδάσκαλοι είναι σαν φάροι που ακτινοβολούν, οδηγώντας τα καράβια μας που έχασαν το δρόμο τους σε ένα ασφαλές λιμάνι. Εάν τα μάτια μας είναι εστραμμένα προς το σκοτάδι και την ομίχλη της θάλασσας, δεν μπορούμε να δούμε το φάρο. Τη στιγμή που απειλούμαστε από καταιγίδες, στρέφουμε τα μάτια μας προς κάθε κατεύθυνση, ψάχνοντας για καθοδήγηση από το φως του φάρου.

Η πνευματική μας αφύπνιση επιτελείται τη στιγμή που συνειδητοποιούμε ότι δεν μπορούμε να αντιμετωπίσουμε μόνοι μας την τρικυμισμένη θάλασσα της ζωής και χρειαζόμαστε βοήθεια. Δεν ξέρουμε πώς να προσεγγίσουμε τον Θεό. Ο Διδάσκαλος είναι ένας καταλύτης που μας φέρνει σε επαφή με τον

Θεό, μέσω της διαδικασίας της μύησής μας στο Εσωτερικό Φως και τον Εσωτερικό Ήχο και μας διδάσκει το διαλογισμό πάνω σ' αυτό το θείο Ρεύμα. Με το διαλογισμό, η ψυχή μας μπορεί να ταξιδέψει πάνω σ' αυτό το Ρεύμα, πίσω μέχρι την πραγματική μας Πηγή.

Υπάρχουν πολλοί λόγοι για να είμαστε ευγνώμονες για τα πνευματικά δώρα του Θεού. Εάν έχουμε αφυπνισθεί και αισθανόμαστε την ανάγκη να βρούμε τον Θεό, αυτό είναι ένα δώρο από τον Θεό και είναι το πρώτο βήμα του ταξιδιού προς το Σπίτι μας. Εάν έχουμε συναντήσει ένα ζωντανό πνευματικό Διδάσκαλο ο οποίος μπορεί να μας συνδέσει με το Φως και τον Ήχο, μπορούμε να είμαστε ευγνώμονες προς τον Θεό. Εάν δεχθούμε μύηση από τον Διδάσκαλο, τότε αυτό είναι ένα ακόμα δώρο για το οποίο μπορούμε να είμαστε αιωνίως ευγνώμονες.

Είναι μια μεγάλη ευλογία να βρει κανείς ένα ζωντανό Διδάσκαλο. Υπάρχουν πολλά οφέλη, όταν έχει κανείς ένα Διδάσκαλο. Αρχικά, ο Διδάσκαλος μας δίνει μύηση, έτσι ώστε να μπορούμε να δούμε και να ακούσουμε το Φως και τον Ήχο του Θεού. Ο Διδάσκαλος ως Εσωτερικός Οδηγός μας βοηθάει να διασχίσουμε τις πνευματικές Περιοχές, μέχρις ότου η ψυχή μας να φθάσει με ασφάλεια στην περιοχή της Πανσυνειδητότητας *(Θέωση)*. Ο Διδάσκαλος είναι ο φίλος και σύντροφος μας, για να μας βοηθήσει στα προβλήματά μας. Επίσης, ο Διδάσκαλος αναλαμβάνει τους καρμικούς λογαριασμούς μας που έχουν συσσωρευθεί στη διάρκεια των περασμένων ενσαρκώσεών μας. Αυτά τα καρμικά χρέη είναι οι δυνάμεις που φέρνουν την ψυχή πίσω σε μια μορφή ζωής, στα τρία κατώτερα επίπεδα της Θεϊκής Δημιουργίας, έτσι ώστε να πάρουμε ανταμοιβές για τις καλές μας πράξεις και να υποστούμε τις συνέπειες για τις κακές μας πράξεις. Δεν μπορούμε να αποφύγουμε αυτό τον κύκλο, μέχρι να έχουμε ένα μηδενικό υπόλοιπο. Όμως, με το ρυθμό των σκέψεων, λόγων και πράξεων που κάνουμε κάθε δευτερόλεπτο, είναι σχεδόν αδύνατο να έχουμε ποτέ ένα μηδενικό υπόλοιπο. Γι' αυτό, εξακολουθούμε να επιστρέφουμε σ' αυτό το υλικό Επίπεδο ξανά και ξανά..

Τα καρμικά μας χρέη του παρελθόντος, τα αναλαμβάνει ο Διδάσκαλος την ώρα της μύησης. Έτσι, μας απομένει μόνο το κάρμα αυτής της ζωής για να το ξεπληρώσουμε. Αυτοί που έχουν μυηθεί έχουν εναποθέσει το καρμικό τους φορτίο στα χέρια του Διδασκάλου. Είναι δική μας δουλειά να εξασφαλίσουμε ότι δεν θα προσθέσουμε βάρη στο κάρμα μας, κατά τη διάρκεια των χρόνων που μας απομένουν, έτσι ώστε όταν τελειώσει αυτή η ζωή, να φθάσουμε στην Περιοχή της αιώνιας χαράς και μακαριότητας, πέρα από το θάνατο και τα βάσανα.

Δεν προσθέτουμε βάρη στο κάρμα μας, εάν κάνουμε τον καθημερινό διαλογισμό μας, αναπτύσσουμε τις ηθικές αρετές, τρεφόμαστε χορτοφαγικά, αποφεύγουμε το αλκοόλ, τα παραισθησιογόνα και τα μεθυστικά φάρμακα, αν προσφέρουμε ανιδιοτελείς υπηρεσίες, αγαπάμε τον Θεό και τους συνανθρώπους μας και αν παρακολουθούμε τις συγκεντρώσεις του «σάτσανγκ». Αυτές οι πρακτικές μας βοηθάνε να μην αυξάνουμε το κάρμα μας.

Η ζωή είναι κάτι περισσότερο από το να εξασφαλίσουμε την υλική και σωματική μας άνεση. Υπάρχει μια πλευρά της ζωής για την οποία πρέπει να είμαστε ευγνώμονες. Πολλοί άνθρωποι ζουν και πεθαίνουν, χωρίς ποτέ να διερευνήσουν και να γνωρίσουν τη σχέση τους με τον Θεό. Μερικοί άγιοι του παρελθόντος έφθασαν να λένε ότι: «Η διαφορά ανάμεσα στις ζωές των ανθρώπινων όντων και των ζώων είναι ότι οι άνθρωποι γνωρίζουν τους πραγματικούς πνευματικούς εαυτούς τους».

Ένας άνθρωπος πήγε στον ουρανό και ο Θεός του είπε ότι ήταν τυχερός που είχε πάρει την ανθρώπινη μορφή. Ο άνθρωπος ρώτησε τον Θεό: «Γιατί οι άνθρωποι είναι ξεχωριστοί;»

Ο Θεός είπε: «Ρίξε μια γρήγορη, κρυφή ματιά κάτω στη γη και θα δεις τι είναι αυτό που κάνει τους ανθρώπους ξεχωριστούς».

Ο Θεός έδειξε στον άνθρωπο πρώτα τα έντομα. «Βλέπεις τα έντομα;» είπε ο Θεός. Πρόσεξε ότι τα μυρμήγκια, τα σκουλήκια και τα ζωύφια έχουν όλα τα κεφάλια τους στραμμένα

κάτω, προς τη γη. Ακόμα και οι μέλισσες και τα κουνούπια τριγυρίζουν, πετώντας με τα κεφάλια τους να κοιτάνε προς τα κάτω».

Ο άνθρωπος είπε «Ναι το βλέπω».

Ο Θεός συνέχισε: «Τώρα, κοίταξε τα ερπετά. Τα φίδια και οι σαύρες σέρνονται με τα κεφάλια τους να κοιτάνε κάτω προς τη γη».

Έπειτα, ο Θεός έδειξε στον άνθρωπο τα πουλιά λέγοντας: «Παρόλο που τα πουλιά πετάνε, τα κεφάλια τους είναι πάντοτε στραμμένα προς τα κάτω. Δε βλέπεις κανένα πουλί να πετάει με το κεφάλι στραμμένο προς τα πάνω, έτσι δεν είναι;»

Ο άνθρωπος απάντησε: «Έχεις δίκιο. Όλα πετάνε με το κεφάλι τους να κοιτάει προς τη γη».

Ο Θεός είπε: «Τώρα, κοίταξε τα θηλαστικά. Όλα τριγυρίζουν πάνω στη γη στα τέσσερά τους πόδια, με τα κεφάλια τους να είναι στραμμένα προς τα κάτω».

Ο άνθρωπος είπε: «Τι είναι, λοιπόν, αυτό που κάνει τους ανθρώπους ξεχωριστούς;»

Ο Θεός είπε: «Οι άνθρωποι είναι τα μόνα πλάσματα που μπορούν να κοιτάξουν προς τα πάνω. Είναι οι μόνοι που μπορούν να σηκώσουν το βλέμμα τους από τη γη και να δούνε το Θεό εκεί ψηλά στα πνευματικά βασίλεια». Τα ανθρώπινα όντα έχουν ευλογηθεί από τον Θεό με μία ειδική ικανότητα με την οποία μπορούν να αποκτήσουν πνευματική γνώση. Αυτή η ευκαιρία προσφέρεται σε κάθε ανθρώπινο ον, όμως λίγοι την εκμεταλλεύονται.

Ο Θεός μας στέλνει συνεχώς μηνύματα, ελπίζοντας να μας φέρει πίσω στο Σπίτι. Ο Θεός στέλνει στη γη Διδασκάλους, αγίους και μύστες, για να ξυπνήσει την επιθυμία στην ανθρωπότητα να επιστρέψει στο αληθινό της Σπίτι. Μερικοί άνθρωποι παραμένουν απασχολημένοι με το να φροντίζουν μόνο τις σωματικές, συναισθηματικές και διανοητικές τους ανάγκες. Άλλοι όμως αρχίζουν να διερωτώνται για την ύπαρξή τους και το νόημα της ζωής και του θανάτου.

Όταν αφυπνιστεί μέσα μας η ειλικρινής επιθυμία να μας

απαντηθούν αυτές μας οι ερωτήσεις, τότε ο Θεός παρέχει ένα μέσον, για να βοηθήσει την ψυχή μας να βρει τις απαντήσεις.

Εάν έχουμε κάνει τις ερωτήσεις σχετικά με το ποιοι είμαστε, εάν υπάρχει Θεός και ποιος είναι ο σκοπός της ζωής, θα πρέπει να είμαστε ευγνώμονες στον Θεό. Εάν ο Θεός μας έφερε σε επαφή με ένα ζωντανό Διδάσκαλο, μπορούμε, επίσης, να εκφράσουμε ευγνωμοσύνη. Από τη στιγμή που ερχόμαστε κάτω από τα προστατευτικά φτερά ενός Διδασκάλου, η σωτηρία μας τελικά είναι εξασφαλισμένη.

ΔΕΙΞΤΕ ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩΝΤΑΣ ΤΑ ΔΩΡΑ ΤΟΥ ΘΕΟΥ

Πώς μπορούμε να δείξουμε την ευγνωμοσύνη μας για το θαύμα της Αγάπης του Θεού; Υπάρχουν τρεις τρόποι με τους οποίους μπορούμε να εκφράσουμε ευγνωμοσύνη.

Ένας τρόπος είναι να χρησιμοποιούμε το θαυμάσιο δώρο που μας έχει δώσει ο Θεός και να το αξιοποιήσουμε. Το δώρο μπορεί να ωφελήσει, μόνο όταν χρησιμοποιείται. Τι αξία έχει να δεχθούμε ένα δώρο και να μην το ανοίξουμε; Η μύηση είναι ένα δώρο που δε θέλουμε να το αφήσουμε κλειστό μέσα σ' ένα κουτί πάνω στο ράφι. Με καθημερινό διαλογισμό, η ψυχή μας μπορεί να πετύχει την επανένωσή της με τον Θεό. Είμαστε το μόνο είδος μέσα στην Πλάση που μπορεί να γνωρίσει τον εαυτό του ως ψυχή και να συνειδητοποιήσει ότι είναι ένα μέρος του Θεού. Αφού μυηθήκαμε, ας χρησιμοποιήσουμε αυτό το δώρο διαλογιζόμενοι για δυόμισι τουλάχιστον ώρες καθημερινά. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούμε να ωφεληθούμε από το πολύτιμο δώρο που μας δόθηκε από το Διδάσκαλο και να ταξιδέψουμε με σταθερότητα προς το πραγματικό μας Σπίτι.

Την επόμενη φορά που οι δύο άγγελοι έρθουν για να μαζέψουν τις προσευχές των ανθρώπων, ας μην απογοητεύσουμε εκείνον που μαζεύει προσευχές ευγνωμοσύνης. Ας είμαστε ανάμεσα σε εκείνους που είμαστε ευγνώμονες για τα δώρα μας. Ας ευχαριστούμε τον Θεό που γεννηθήκαμε ως άνθρωποι. Ας

ευχαριστούμε τον Θεό για την υγεία μας. Ας ευχαριστούμε τον Θεό για την τροφή μας, το ρουχισμό και την προστασία Του. Ας ευχαριστούμε τον Θεό για τις οικογένειές μας, την μόρφωσή μας και τη δουλειά μας.

Αυτοί που έχουν έρθει στα Πόδια ενός ζωντανού Διδασκάλου θα πρέπει να ευχαριστούν τον Θεό που τους οδήγησε σε κάποιον, ο οποίος μπορεί να τους οδηγήσει πίσω στο αιώνιο Σπίτι τους. Πάντως, δε θα πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό μόνο με τα λόγια μας, αλλά θα πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό με τις πράξεις μας. Η πράξη που εκτιμάται από τον Θεό περισσότερο από όλες είναι όταν βάζουμε σε εφαρμογή την πνευματικότητα και το κάνουμε αυτό, όταν διαλογιζόμαστε καθημερινά. Το κάνουμε αυτό, όταν διάγουμε μια ηθική ζωή μη βίας, μια ζωή ειλικρίνειας, αγνότητας, ταπεινοφροσύνης, ανιδιοτελούς προσφοράς και ακολουθώντας μια χορτοφαγική διατροφή. Βοηθάμε, επίσης, τους εαυτούς μας παρακολουθώντας τα «σάτσανγκ». Με αυτό τον τρόπο, διαφοροποιούμε τις ζωές μας από αυτές των κατώτερων πλασμάτων.

Έχουμε μέσα στις ψυχές μας τους θησαυρούς όλης της Δημιουργίας. Αρκεί να στραφούμε Εσωτερικά, για να έχουμε την εμπειρία του Θεού. Διαθέτουμε μέσα μας φώτα περισσότερο φωτεινά και θαυμαστά από οτιδήποτε άλλο σ' αυτόν τον υλικό κόσμο. Έχουμε μέσα μας μεθυστική ουράνια μουσική που μας ανυψώνει και είναι ομορφότερη από τις μεγαλύτερες μουσικές συνθέσεις αυτού του κόσμου. Η μουσική και η Αρμονία όλων των Αρμονιών Εσωτερικά είναι πιο απολαυστική από οποιαδήποτε εγκόσμια μουσική. Το Εσωτερικό Φως και ο Ήχος εκπέμπουν ακτίνες Αγάπης που μας γεμίζουν με περισσότερη ευτυχία απ' ό,τι θα μπορούσαμε ποτέ να ονειρευτούμε και μπορούμε συνεχώς να τα απολαμβάνουμε. Το δώρο του Φωτός και του Ήχου είναι αειθαλές και πάντοτε καινούριο και μας γεμίζει για πάντα.

Ο πρώτος τρόπος να δείξουμε ευγνωμοσύνη στον Θεό είναι να ανοίξουμε αυτό το δώρο του Φωτός και του Ήχου με το διαλογισμό μας.

ΔΕΙΞΤΕ ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΔΟΤΗ ΥΠΗΡΕΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΘΕΪΚΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Ο δεύτερος τρόπος να δείξουμε ευγνωμοσύνη για τα δώρα του Θεού είναι να μοιραστούμε το πνεύμα της θεϊκής Αγάπης με τους άλλους. Μπορούμε να μοιραστούμε την Αγάπη και το Φως μας με τα παιδιά του Θεού. Μπορούμε να βγάλουμε το μίσος, την προκατάληψη και τον φανατισμό από την καρδιά μας. Μπορούμε να ανοίξουμε τις καρδιές μας στην Θεϊκή Δημιουργία, καθώς όταν αγαπάμε, προσφέρουμε και μοιραζόμαστε. Ας μη διώξουμε κανέναν που έχει ανάγκη από την πόρτα μας. Ας θεωρούμε όλους αδέλφια μας, γιους και κόρες, μητέρες και πατέρες μας.

Στη Βίβλο, μια ομιλία που έδωσε ο Ιησούς δείχνει τη σπουδαιότητα του να δίνει κανείς και να μοιράζεται. Σ' αυτή την ομιλία, ο Ιησούς περιέγραψε πως στο μέλλον ο Θεός θα έρθει και θα καθίσει σε ένα θρόνο. Τότε, ο Θεός θα διαχωρίσει την ανθρωπότητα σε δύο ομάδες ανθρώπων. Ο Ιησούς παρομοιάζει τις δύο αυτές ομάδες ανθρώπων με κατσίκες και πρόβατα και περιγράφει πως ο Θεός θα βάλλει τα πρόβατα από τη μια πλευρά και τις κατσίκες από την άλλη.

Ο Θεός θα πει στις κατσίκες ότι τις διώχνει.

Οι κατσίκες τότε θα ρωτήσουν: «Γιατί;»

Ο Θεός θα πει: « Ήμουν πεινασμένος και δε μου δώσατε τροφή. Ήμουν διψασμένος και δεν μου δώσατε να πιω. Ήμουν ένας ξένος και δεν με καλωσορίσατε. Ήμουν γυμνός και δεν με ντύσατε. Ήμουν άρρωστος και φυλακισμένος και δεν με επισκεφθήκατε».

Οι κατσίκες θα εκπλαγούν και θα ρωτήσουν: «Πότε σε είδαμε πεινασμένο, διψασμένο, άρρωστο, γυμνό, φυλακισμένο ή σαν ξένο και δε σε φροντίσαμε;»

Ο Θεός τότε θα πει: «Αφού δεν βοηθήσατε ούτε κατ' ελάχιστο τους αδελφούς και τις αδελφές σας, δε βοηθήσατε ούτε εμένα». Τότε, ο Θεός θα τις διώξει, για να πάρουν το δίδαγμά τους.

Μετά, ο Θεός θα πει στα πρόβατα: «Ελάτε, πρόβατα και

κληρονομήστε το βασίλειό μου».

Τα πρόβατα θα ρωτήσουν: «Γιατί δικαιούμαστε ένα τέτοιο δώρο;»

Ο Θεός θα τους πει: «Όταν ήμουν πεινασμένος, μου δώσατε φαγητό. Όταν ήμουν διψασμένος, μου δώσατε να πιω. Όταν ήμουν γυμνός, με ντύσατε. Όταν ήμουν ένας ξένος με καλωσορίσατε. Όταν ήμουν άρρωστος και φυλακισμένος, με επισκεφθήκατε».

Τα πρόβατα θα εκπλαγούν και θα πουν: «Κύριε, πότε σε είδαμε; Πότε σε ταΐσαμε, σε ντύσαμε και σου δώσαμε κάτι να πιεις; Πότε σε καλωσορίσαμε σαν ένα ξένο και σε επισκεφθήκαμε στη φυλακή ή όταν ήσουν άρρωστος;»

Ο Κύριος θα τους πει: «Όταν βοηθήσατε ακόμη και στο ελάχιστο τους αδελφούς και τις αδελφές σας, βοηθήσατε εμένα». Έτσι, ο Θεός θα ευλογήσει αυτά τα πρόβατα με αιώνια ευτυχία και χαρά, επιτρέποντας την είσοδό τους στο βασίλειο του Θεού.

Αυτή η διδακτική παραβολή απεικονίζει μια μεγάλη αλήθεια. Δείχνει τη σημασία που αποδίδει ο Θεός στο να μοιραζόμαστε και να βοηθάμε τους άλλους.

Ξέρουμε ότι δεν υπάρχει διαφορά ανάμεσα στα πρόβατα και τις κατσίκες, όσον αφορά τις προτιμήσεις του Θεού και ότι αυτή είναι απλώς μια διδακτική παραβολική ιστορία. Ξέρουμε ότι ο Θεός αγαπάει όλα τα πλάσματα το ίδιο. Ωστόσο, χρησιμοποιώντας αυτό το παράδειγμα με τα πρόβατα και τις κατσίκες, ο Ιησούς έδειξε τη διαφορά ανάμεσα στο να βοηθάμε ή να αδιαφορούμε για τους άλλους. Η ιστορία αυτή δείχνει πως, αν και πολλοί άνθρωποι λένε ότι θέλουν να υπηρετήσουν τον Θεό, όταν τους ζητείται να βοηθήσουν τους συνανθρώπους τους, αρνούνται και λένε όχι. Το μήνυμα που επισημαίνεται σ' αυτή την ιστορία είναι ότι ο Θεός θεωρεί ότι Τον υπηρετούμε με τον καλύτερο τρόπο, όταν βοηθάμε τους άλλους.

Όταν αναπτύξουμε την πνευματική μας όραση, βλέπουμε σε όλους το Φως του Θεού. Τους αγαπάμε όλους. Δεν βλέπουμε ανώτερους και κατώτερους ανάμεσα στους ανθρώπους των διαφόρων θρησκειών, πίστεων, χωρών ή πολιτισμών. Δε

βλέπουμε ανώτερους και κατώτερους ανάμεσα σε αυτούς που έχουν και αυτούς που δεν έχουν σπουδάσει. Δε βλέπουμε ανώτερους και κατώτερους μεταξύ των πλούσιων και των φτωχών. Γιατί; Επειδή όταν βλέπουμε το Φως του Θεού σε όλους, τους βλέπουμε όλους ως μέρος μιας μεγάλης οικογένειας του Θεού. Έτσι, όταν κάποιος μας ζητάει βοήθεια, αισθανόμαστε ότι είναι ο Θεός μέσα σ' αυτόν τον άνθρωπο που μας ζητάει τη βοήθεια. Θέλουμε από Αγάπη να βοηθήσουμε αυτό τον άνθρωπο.

Η ανιδιοτελής προσφορά είναι μέρος της πνευματικής μας ανάπτυξης. Κατέχει δύο σειρές στο ημερολόγιο πνευματικής αυτοενδοσκόπησής μας. Η μια είναι για να σημειώσουμε το χρόνο που αφιερώνουμε σε ανιδιοτελείς υπηρεσίες. Η άλλη είναι για να σημειώνουμε τις παραλείψεις μας σε ανιδιοτελή προσφορά. Παράλειψη σημαίνει ότι δε βοηθήσαμε, ενώ θα μπορούσαμε να είχαμε βοηθήσει.

Σκεφθήκατε πόσες φορές κάποιος χρειάστηκε τη βοήθειά μας. Κάποιος μπορεί να είναι πεινασμένος, διψασμένος, φτωχός ή άρρωστος και εμείς μπορεί να πούμε ότι είμαστε πολύ απασχολημένοι και δεν μπορούμε να τον βοηθήσουμε. Οι ευκαιρίες που μας δίνονται για να βοηθήσουμε είναι πολλές. Ας εκμεταλλευτούμε αυτές τις ευκαιρίες.

Έχουμε όφελος από τις ανιδιοτελείς υπηρεσίες μας, γιατί μετά όταν διαλογιζόμαστε, ευλογούμαστε με μεγαλύτερη πνευματική ανάταση. Το πνευματικό όφελος που έχουμε κάνοντας ανιδιοτελείς εργασίες είναι ίσο με το όφελος που έχουμε από το διαλογισμό. Δεχόμαστε μια ώθηση που έχει ως αποτέλεσμα ταχύτερη πρόοδο στο διαλογισμό μας. Ευλογημένοι είναι αυτοί που θεωρούν ότι όλες οι δουλειές γίνονται στην υπηρεσία του Κυρίου.

Όταν κάνουμε "seva", πρέπει αυτή να γίνεται ανιδιοτελώς. Η ανιδιοτελής προσφορά λέει: «Ω, Κύριε, οτιδήποτε Εσύ θελήσεις, εγώ είμαι ο υπηρέτης Σου. Μπορείς να χρησιμοποιήσεις τα χέρια μου για να δουλέψουν για Σένα». Τότε, βάζουμε τον εαυτό μας να δουλέψει χωρίς κανένα προσωπικό όφελος για μας τους ίδιους. Εάν το κάνουμε αυτό, θα βιώσουμε το πραγ-

ματικό νόημα της ανιδιοτελούς προσφοράς.

Ευγνωμοσύνη προς τον Θεό σημαίνει να παραδεχθούμε με ταπεινότητα ότι η καλοσύνη μας οφείλεται στον Θεό που μας δημιούργησε. Χωρίς τον Δημιουργό, δε θα υπήρχαμε.

ΔΕΙΞΤΕ ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ, ΑΝΑΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΘΕΙΟ

Ο τρίτος τρόπος, για να δείξουμε ευγνωμοσύνη, είναι να αναγνωρίσουμε την ύπαρξη του Θείου. Μπορεί να νομίζουμε ότι υπάρχει μια μεγάλη διαφορά ανάμεσα στην επιστήμη και την πνευματικότητα, όμως ακόμη και μεγάλοι επιστήμονες έχουν παραδεχθεί την ύπαρξη ενός Θεϊκού Δημιουργού.

Υπάρχει μια ιστορία γύρω από τη ζωή του Σάμουελ Μορς, ο οποίος ήταν ένας καθηγητής που ανακάλυψε τον τηλέγραφο. Ο Μορς συνήθιζε να κάθεται στο γραφείο του στο πανεπιστήμιο και να κάνει πειράματα. Έλεγε ότι μερικές φορές δεν ήξερε τι να κάνει στη συνέχεια του πειράματός του και εκείνη τη στιγμή, προσευχόταν ζητώντας περισσότερες ιδέες. Όποτε το έκανε αυτό, του ερχόταν μια απάντηση Εσωτερικά που τον καθοδηγούσε για τη συνέχεια του πειράματος. Αποτέλεσμα των εργασιών του ήταν η ανακάλυψη του τηλέγραφου. Αργότερα, όποτε ταξίδευε στα διάφορα μέρη του κόσμου και δεχόταν επαίνους για τα πειράματά του, έλεγε: «Όποτε μου έστελναν επαίνους από την Ευρώπη ή την Αμερική για την ανακάλυψη του τηλέγραφου, ουδέποτε αισθάνθηκα ότι τους άξιζα». Έλεγε ακόμα: «Έκανα μια πολύτιμη εφαρμογή της ηλεκτρικής ενέργειας, όχι επειδή ήμουν ανώτερος από άλλους ανθρώπους, άλλα αποκλειστικά επειδή ο Θεός ο οποίος την προόριζε για την ανθρωπότητα, έπρεπε να την αποκαλύψει σε κάποιον, είχα τη Χάρη να την αποκαλύψει σε μένα».

Τώρα καταλαβαίνουμε γιατί όταν ο Σάμουελ Μορς έστειλε το πρώτο του μήνυμα στον τηλέγραφο, χρησιμοποίησε τις παρακάτω λέξεις: «Τι έκανε ο Θεός!»

Κοιτάξτε την ταπεινοφροσύνη κάποιου που έκανε μια από

τις μεγάλες ανακαλύψεις στην ιστορία. Παρ' όλο το όνομα και τη φήμη που είχε αποκτήσει ανακαλύπτοντας τον τηλέγραφο, ήξερε ότι αυτή η επίτευξη οφειλόταν στη Χάρη του Θεού.

Εάν συγκρίνουμε τους εαυτούς μας με το επίπεδο ταπεινοφροσύνης που βρίσκουμε σε πολλούς μεγάλους επιστήμονες, τι θα λέγαμε; Ζωγραφίζουμε έναν πίνακα, γράφουμε ένα τραγούδι, φτιάχνουμε ένα καινούριο φαγητό, κατασκευάζουμε ένα ντουλαπάκι ή γράφουμε ένα ποίημα και νομίζουμε ότι είμαστε σπουδαίοι.

Εάν εφαρμόζαμε στην πράξη την ταπεινοφροσύνη και την ευγνωμοσύνη, θα ευχαριστούσαμε τον Θεό που μας επέτρεψε να είμαστε το όργανο στα έργα Του.

Εάν είμαστε υπερήφανοι για το υλικό μας σώμα, την εμφάνισή μας, τη δύναμη, την αντοχή, τις αθλητικές μας επιδόσεις, την ευκινησία, και την καλή μας υγεία, ας ευχαριστήσουμε τον Κύριο. Το υλικό μας σώμα δε θα υπήρχε, εάν ο Θεός δε μας είχε δημιουργήσει.

Εάν είμαστε υπερήφανοι για τις διανοητικές μας ικανότητες και τη νοημοσύνη μας, τους σχολικούς επαίνους και τα διπλώματα, την υψηλή βαθμολογία, τη μόρφωσή μας, είτε έχουμε προβιβασθεί από την πρωτοβάθμια ή τη μέση εκπαίδευση ή έχουμε αποφοιτήσει από το λύκειο, το κολλέγιο ή έχουμε πάρει το πτυχίο μας στο πανεπιστήμιο, ας ευχαριστήσουμε τον Κύριο που μας έδωσε το δώρο της νοημοσύνης.

Εάν είμαστε υπερήφανοι για τη δημιουργικότητά μας, είτε έχουμε κάνει ένα ζωγραφικό πίνακα ή ένα γλυπτό ή έχουμε γράψει ένα τραγούδι ή ένα έργο, αν έχουμε γράψει ποίηση ή βιβλία, αν έχουμε διακοσμήσει το σπίτι μας, σχεδιάσει μια φορεσιά ή κατασκευάσει ένα αρχιτεκτονικό θαύμα, τότε ας ευχαριστήσουμε τον Θεό για το δώρο της δημιουργικότητας. Χωρίς τον Θεό δεν θα είχαμε αυτό το δημιουργικό μυαλό.

Εάν έχουμε μια αξιόλογη οικονομική βάση χάρη σε μια δουλειά ή ένα επάγγελμα, ένα μεγάλο κεφάλαιο στην τράπεζα, καλό σπίτι με πολυτέλειες, ας ευχαριστήσουμε τον Θεό. Θα πρέπει, επίσης, να ευχαριστούμε τον Θεό για την οικογένειά

μας και τους φίλους μας.

Πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό που δημιούργησε την ψυχή μας, γιατί χωρίς αυτή δε θα υπήρχαμε. Ο Θεός μας έφερε σε ύπαρξη, δημιουργώντας μας από κομμάτια του ίδιου του τού εαυτού, τις ψυχές μας. Αυτή είναι η αιτία όλης της ύπαρξής μας. Μπορεί να νομίζουμε ότι η ύπαρξή μας είναι το σώμα και το μυαλό μας, αλλά αυτό που τους δίνει ζωή είναι η ψυχή. Εάν ο Θεός δεν είχε δημιουργήσει τις ψυχές, δε θα υπήρχε η ζωογόνος δύναμη να ζωντανέψει την ύλη από την οποία αποτελείται το σώμα και το μυαλό μας. Όλο μας το σώμα αποτελείται από μόρια που είναι τα πιο μικρά συστατικά του. Δεν είμαστε παρά ένα πλήθος από συσσωρεμένα πακέτα από μόρια που είναι συναρμολογημένα και αποτελούν το ανθρώπινό μας σώμα. Τεμαχίστε τον εγκέφαλο. Είναι μια μάζα από άτομα που σχηματίζουν τα εγκεφαλικά κύτταρα. Όλα είναι ύλη. Οι επιστήμονες έχουν τώρα ανακαλύψει ότι η ύλη περιέχει μέσα της ενέργεια. Εάν τα άτομα διασπαστούν, προκύπτουν πακέτα ενέργειας που «χορεύουν» μέσα σε κύματα φωτός και ήχου. Οι επιστήμονες έχουν ακούσει αυτόν τον ήχο που έρχεται από τα άτομα. Τελικά, αυτό που δίνει ζωή στην ύλη είναι το πνεύμα. Για αυτό, πρέπει να ευχαριστούμε τον Θεό.

Ο Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ σε κάποιους στίχους του έλεγε σχετικά:

«Με κάθε ανάσα υποκλίνομαι στο Φίλο μου,
γιατί χρωστάω τη ζωή μου στη Χάρη του».

Κάθε δευτερόλεπτο της ζωής μας οφείλεται στη Χάρη του Θεού. Ταπεινοφροσύνη σημαίνει πως αναγνωρίζουμε ότι μας έχει δημιουργήσει ο Θεός.

Μπορούμε να εκφράσουμε την ευγνωμοσύνη μας, χρησιμοποιώντας τα δώρα του Θεού, διαλογιζόμενοι στο Εσωτερικό Φως και Ήχο, υπηρετώντας τη Θεϊκή Δημιουργία και αναγνωρίζοντας με ταπεινοφροσύνη την ύπαρξη του Θεού, την Πηγή όλων των δώρων που εμπλουτίζουν τη ζωή μας.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΣ

Κάνετε ένα κατάλογο με τα δώρα που έχετε δεχθεί από τον Θεό: σωματικά, διανοητικά, συναισθηματικά και πνευματικά. Αφιερώστε μια βδομάδα προσφέροντας, νοερά, ευγνωμοσύνη προς τον Θεό για αυτά τα δώρα. Σημειώστε οποιεσδήποτε αλλαγές στην καθημερινή σας ζωή και τη συμπεριφορά σας.

ΑΦΟΣΙΩΣΗ ΣΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Αυτό που κάνει τους πρωταθλητές και γενικά τους νικητές να ξεχωρίζουν από εκείνους που δεν επιτυγχάνουν είναι η αφοσίωση. Ο καθένας μας γεννιέται με ικανότητες και ιδιότητες, για να κατορθώσει συγκεκριμένους στόχους. Τελικά, όμως, οι επιλογές που κάνουμε είναι αυτές που μας κάνουν να ξεχωρίσουμε από τους άλλους.

Στον τομέα των αθλημάτων, μερικοί αθλητές γίνονται αστέρια του μπάσκετ, θρύλοι του γκολφ, πρωταθλητές του ποδοσφαίρου και ήρωες του ράγκμπι. Όταν τους παίρνουν συνέντευξη για την επιτυχία τους, οι νικητές αναφέρονται στη σημασία της σκληρής δουλειάς τους. Ενώ οι άλλοι μπορεί να μην ήταν τακτικοί στις προπονήσεις τους, οι πρωταθλητές επέμεναν να προσπαθούν για το καλύτερο.

Εκείνοι που διαπρέπουν στην ιατρική, στην εκπαίδευση, στην τεχνολογία ή στην επιστήμη αφιερώνουν ολόκληρες νύχτες για να αποκτήσουν τις γνώσεις τους.

Οι βάσεις για την επιτυχία δεν είναι διαφορετικές και στον πνευματικό τομέα. Ο στόχος της πνευματικότητας είναι η ένωση της ψυχής μας με τον Θεό. Η μέθοδος για να το κατορθώσουμε αυτό είναι ο διαλογισμός και αυτό μπορούμε να το αναλύσουμε. Το να μιλάμε όμως για διαλογισμό δε θα μας βοηθήσει. Το να διαλογιζόμαστε για πέντε λεπτά και πότε-πότε δε θα μας πάει στο στόχο μας. Έχουμε έναν ορισμένο αριθμό ετών σε αυτή μας τη ζωή.

Για να κάνουμε τη μέγιστη πρόοδο σε αυτή τη ζωή, οι Δι-

δάσκαλοι συνιστούν να καθόμαστε το ελάχιστο δυόμισι ώρες καθημερινά για διαλογισμό. Αν δεν κάνουμε μια μέρα αυτές τις δυόμισι ώρες, θα πρέπει να τις αναπληρώνουμε την επόμενη μέρα.

Όταν πηγαίνουμε στο σχολείο, μας δίνονται ορισμένες εργασίες να κάνουμε. Εάν δεν κάνουμε μια εργασία, θα πάρουμε έναν κατώτερο βαθμό ή θα πρέπει να την αναπληρώσουμε. Με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, είμαστε υποχρεωμένοι να κάνουμε την εργασία. Όμως, στην πνευματικότητα δε στέκεται κανένας από πάνω μας με ένα βιβλίο βαθμολογίας και έτσι, μόνο στο τέλος της ζωής μας θα γνωρίζουμε πόσο κι αν έχουμε προχωρήσει. Φθάσαμε στο στόχο μας, της ένωσης με τον Θεό; Αν όχι, έχουμε ακόμη δουλειά να κάνουμε.

Είναι αλήθεια ότι ο Θεός έχει τη δύναμη να πάρει τις ψυχές πίσω κοντά Του σε ένα ανοιγόκλεισμα των ματιών. Αλλά δεν έχει καθοριστεί με αυτό τον τρόπο το σύστημα της Δημιουργίας. Υπάρχει ένα σύστημα όπου πρέπει να κάνουμε ορισμένα αναγκαία βήματα. Ο Θεός μας έχει δώσει ένα μακρύ σκοινί και περίπου 25% ελεύθερη βούληση για να κάνουμε τις επιλογές μας. Η τωρινή μας ζωή είναι βασισμένη στις αντιδράσεις των περασμένων μας σκέψεων, λόγων και πράξεων, για τα οποία είτε πρέπει να δρέψουμε ανταμοιβές ή να πληρώσουμε τις συνέπειες. Πέρα από τα προκαθορισμένα γεγονότα της τωρινής μας ζωής, που επηρεάζονται από τις περασμένες μας επιλογές, έχουμε και την ελεύθερή μας βούληση.

Εκείνοι που ήδη έχουν συγχωνευθεί με τον Θεό είναι οι ίδιοι εκείνοι που το επιδίωξαν. Αυτοί οι άνθρωποι, τους οποίους γνωρίζουμε ως Αγίους, Διδασκάλους και φωτισμένα πνευματικά όντα, έκαναν οτιδήποτε ήταν αναγκαίο για το σκοπό αυτό. Διαλογίζονταν πολλές ώρες καθημερινά, αν και συχνά είχαν μια εργασία και συγχρόνως ήταν υποχρεωμένοι να φροντίζουν και την οικογένεια τους. Δεν είναι όμως κάτι αδύνατον αυτό να γίνει. Λένε πως «Εκεί όπου υπάρχει θέληση, υπάρχει και τρόπος».

Οι Άγιοι λένε για τη νύχτα ότι είναι ένα χρυσωρυχείο για

την πνευματική πρόοδο. Στη διάρκεια της ημέρας έχουμε έναν καθορισμένο χρόνο που πρέπει να είμαστε στην εργασία μας. Το σώμα μας απαιτεί χρόνο για λουτρό, ένδυση και τροφή. Η οικογένειά μας απαιτεί το χρόνο μας και την προσοχή μας. Πέρα από αυτά όμως, ο χρόνος μας είναι δικός μας. Ο Θεός μάς έχει δώσει τη νύχτα, καθώς και τις ελεύθερες ώρες της ημέρας για να ασχοληθούμε με τον διαλογισμό. Ο Καμπίρ Σαχίμπ έχει πει σε έναν στίχο του:

«Ξύπνα αγαπημένε μου, γιατί κοιμάσαι;
Η νύχτα τελείωσε, γιατί πρέπει να χάσεις
και την ημέρα σου κοιμώμενος;
εκείνοι που είναι ξύπνιοι αποκτούν το κόσμημα».

Σε αυτόν το στίχο, ο Καμπίρ Σαχίμπ μας συμβουλεύει να κάνουμε την καλύτερη χρήση του χρόνου μας στη ζωή. Αν οι άνθρωποι έχουν το σθένος να μείνουν άγρυπνοι τη νύχτα για εγκόσμιους στόχους, τότε αυτή η ικανότητα υπάρχει σε μας ώστε να κατορθώσουμε και τον πνευματικό μας στόχο. Επίσης, λέει ότι εκτός από τη χρήση της νύχτας για πνευματική ανάπτυξη, δε θα πρέπει να είμαστε αποκοιμισμένοι και κατά τη διάρκεια της ημέρας. Πώς είμαστε αποκοιμισμένοι την ημέρα; Αν και μπορεί να είμαστε απασχολημένοι στις εγκόσμιες ευθύνες και τα καθήκοντά μας, αποκοιμόμαστε με το να ξεχνάμε τον Θεό κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Κατά τη διάρκεια που είμαστε ξύπνιοι, μπορούμε να κρατάμε τον Θεό "παρόντα" ενώ είμαστε απασχολημένοι στις καθημερινές μας δραστηριότητες και να χρησιμοποιούμε τις ελεύθερες στιγμές μας για διαλογισμό.

Υπάρχει μια ιστορία για ένα βασιλιά που έψαχνε να βρει ένα ζώο ή ένα πλάσμα, για να είναι η μασκότ του. Δεν ήθελε όμως απλώς οποιοδήποτε ζωντανό πλάσμα να έχει αυτό τον τίτλο. Ήταν βασιλιάς και ήθελε το καλύτερο πλάσμα να είναι η μασκότ που θα αντιπροσώπευε το βασίλειό του. Ζήτησε από τους υπουργούς του να επινοήσουν έναν διαγωνισμό, για να δουν ποιο ζώο θα ήταν άξιο να είναι η μασκότ του. Οι υπουρ-

γοί ρώτησαν το βασιλιά τη γνώμη του για το ποια κριτήρια θα ήταν πιο σημαντικά. Ο βασιλιάς σκέφθηκε για μια στιγμή και είπε: «Θέλω μια μασκότ αφοσιωμένη στην επίτευξη κάποιου στόχου και να παραμένει σταθερά σ᾽ αυτόν».

Οι υπουργοί συσκέφθηκαν και αποφάσισαν να κάνουν ένα διαγωνισμό μεταξύ των ζώων και των πλασμάτων του δάσους. Ο διαγωνισμός θα ήταν ένας αγώνας δρόμου, για να δουν ποιος από όλους θα μπορούσε να φθάσει στο τέρμα, που θα ήταν στις πύλες του βασιλείου. Με αυτό τον τρόπο θα έβλεπαν ποιο ζώο από όλα θα ήταν πιο αφοσιωμένο στο να παραμένει στο στόχο του και θα κέρδιζε τον αγώνα δρόμου. Όποιο κέρδιζε θα ήταν η μασκότ του βασιλιά.

Κυκλοφόρησαν τότε μια προκήρυξη στους ανθρώπους, λέγοντας ότι κάθε χωριό μπορούσε να διαλέξει ένα ζώο ή κάποιο ζωντανό πλάσμα για ένα αγώνα δρόμου και την καθορισμένη μέρα θα έπρεπε να το τοποθετήσει στη γραμμή εκκίνησης.

Οι άνθρωποι σκέφθηκαν ότι αυτή ήταν μια καλή ευκαιρία, για να κερδίσουν την εύνοια του βασιλιά. Υπήρχαν έξι χωριά στο βασίλειο και καθένα έστειλε το ζώο που πίστευε πως θα έφθανε στον στόχο πρώτο. Μπορούσαν να επιλέξουν ένα πλάσμα από οποιοδήποτε είδος: θηλαστικο ζώο, ερπετό, αμφίβιο, πτηνό, ψάρι ή έντομο. Οι αρχηγοί κάθε χωριού συγκεντρώθηκαν για να τραβήξουν κλήρο, ώστε να δουν ποιος θα ήταν πρώτος, δεύτερος, τρίτος, τέταρτος, πέμπτος ή τελευταίος στη σειρά. Τα μέλη του πρώτου χωριού συναντήθηκαν και είπαν: «Θα κερδίσουμε, αν επιλέξουμε το λιοντάρι. Στο κάτω-κάτω το λιοντάρι είναι ήδη ο βασιλιάς της ζούγκλας. Δεν τίθεται θέμα ότι το λιοντάρι θα κερδίσει καθώς όλα τα άλλα ζώα το φοβούνται. Κανένα άλλο ζώο δε θα τολμούσε να μπει στο δρόμο του βασιλιά της ζούγκλας».

Οι άνθρωποι του δεύτερου χωριού σκέφθηκαν: «Το λιοντάρι το έχουν ήδη διαλέξει, λοιπόν, πρέπει να επιλέξουμε ένα άλλο ζώο και ας επιλέξουμε τον ελέφαντα. Αυτό είναι το πιο δυνατό και το πιο μεγάλο ζώο μέσα στο βασίλειο. Όταν ο ελέφαντας τρέχει, όλα τα άλλα ζώα φεύγουν από το διάβα του,

φοβούμενα να μη συνθλιβούν. Ο ελέφαντας είναι δυνατός και εργάζεται σκληρά. Αυτή θα πρέπει λοιπόν να είναι η μασκότ που θα κερδίσει».

Οι κάτοικοι του τρίτου χωριού σκέφθηκαν ότι οι δύο καλύτερες επιλογές είχαν ήδη γίνει και είπαν: «Όλοι φοβούνται το φίδι. Κανένας δεν μπορεί να αντιμετωπίσει το φίδι, γιατί μπορεί να ξεγλιστρήσει μέσα από οτιδήποτε και να φθάσει πρώτο, στην πύλη του βασίλειου που θα είναι το τέρμα του αγώνα». Έτσι και αυτοί νόμιζαν ότι το φίδι τους θα κέρδιζε.

Τα μέλη του τέταρτου χωριού ανησυχούσαν ότι δεν απέμεινε καμία καλή επιλογή γι᾽αυτούς. Θυμήθηκαν όμως την ιστορία του μύθου του Αισώπου, όπου έγινε ένας αγώνας μεταξύ του λαγού και της χελώνας. Οι χωρικοί ξέχασαν ότι στο τέλος της ιστορίας κέρδισε η χελώνα και έτσι, επέλεξαν έναν λαγό για να τους αντιπροσωπεύσει στον αγώνα.

Οι άνθρωποι του πέμπτου χωριού είχαν πραγματικά δυσκολία στο να σκεφθούν τι να κάνουν. Σκέφθηκαν ότι οι τέσσερις καλύτερες επιλογές είχαν ήδη γίνει και είπαν: «Καλά, αν δεν μπορούμε να κερδίσουμε με τη δύναμη ή την ταχύτητα, θα μπορούσαμε να κερδίσουμε με την εξυπνάδα. Η αλεπού είναι έξυπνη και μπορεί να σκεφθεί έναν τρόπο να κερδίσει».

Τα μέλη του έκτου χωριού ένιωσαν απελπισία και είπαν: «Όλα τα καλύτερα ζώα έχουν επιλεχθεί και έτσι υπάρχει μικρή πιθανότητα για μας να κερδίσουμε». Έστυψαν το μυαλό τους, προσπαθώντας να σκεφθούν τι να επιλέξουν και εκείνοι για μασκότ. Όμως, σε αυτό το χωριό οι άνθρωποι ήταν τυχεροί, γιατί εκεί είχαν τον πιο σοφό άνθρωπο μέσα στο βασίλειο.

Ο σοφός άνθρωπος είπε: «Έχω ένα σχέδιο. Ας επιλέξουμε το μυρμήγκι».

Οι άνθρωποι αυτού του χωριού είπαν: «Ένα μυρμήγκι; Αυτό είναι το πιο μικροσκοπικό πλάσμα. Αυτό θα πάρει αιώνες για να φθάσει στο τέρμα του αγώνα. Είναι τόσο μικρό, ώστε ο καθένας μπορεί να το πατήσει. Είναι το πιο ευάλωτο, το πιο μικροσκοπικό και το πιο αργό από όλα τα πλάσματα. Ποτέ δε θα το κατορθώσει. Γιατί θέλεις να επιλέξεις κάτι που είναι προ-

ορισμένο να χάσει;»

Ο σοφός άνθρωπος είπε: «Μην ανησυχείτε. Το μυρμήγκι οπωσδήποτε θα κερδίσει».

Οι χωρικοί σκέφθηκαν ότι ο άνθρωπος μπορεί να ήταν σοφός, αλλά δεν ήταν πια πρακτικός. Χωρίς όμως καμία άλλη αντίθετη γνώμη, αφού τα καλύτερα ζώα είχαν ήδη επιλεχθεί, συμφώνησαν με τον σοφό άνθρωπο και επέλεξαν το μυρμήγκι για να συναγωνιστεί τους άλλους.

Την ημέρα του αγώνα οι χωρικοί πήγαν να τον παρακολουθήσουν από κοντά. Παρατάχθηκαν στις δύο πλευρές του δρόμου και έβαλαν στη γραμμή με τη σειρά, το λιοντάρι, τον ελέφαντα, το φίδι, το λαγό και την αλεπού. Ο βασιλιάς και οι υπουργοί του βγήκαν έξω για να παρακολουθήσουν. Μέτρησαν όμως τα ζώα και μετά ρώτησαν και είπαν: «Βλέπουμε τα ζώα μόνο από τα πέντε χωριά, αλλά δε βλέπουμε κανένα διαγωνιζόμενο από το έκτο χωριό».

Ο αρχηγός του έκτου χωριού σηκώθηκε και είπε: «Η συμμετοχή μας είναι εδώ».

«Πού είναι;» ρώτησαν οι υπουργοί του βασιλιά.

Ο αρχηγός του έκτου χωριού είπε: «Είναι τόσο μικροσκοπικό, που δεν μπορείτε να το δείτε καλά. Έχουμε επιλέξει να διαγωνιστεί ένα μυρμήγκι».

Οι υπουργοί σκέφθηκαν ότι ο αρχηγός του χωριού αστειευόταν και είπαν: «Ένα μυρμήγκι; Αστειεύεσαι; Το μυρμήγκι ποτέ δε θα κερδίσει. Θα πρέπει να αστειεύεστε».

Ο αρχηγός όμως είπε: «Όχι, συμμετέχουμε με ένα μυρμήγκι και πιστεύουμε ότι θα είναι αυτό που θα κερδίσει».

Τελικά το καμπανάκι έναρξης του αγώνα χτύπησε και ο αγώνας άρχισε. Όλοι άρχισαν να ζητωκραυγάζουν και ήταν γεμάτοι ενθουσιασμό. Κάθε άνθρωπος σκεπτόταν ότι η δική του συμμετοχή θα κέρδιζε.

Το λιοντάρι άρχισε να τρέχει με ένα βρυχηθμό, αλλά καθώς έτρεχε, είδε ένα ελάφι έξω από το δρόμο και σκέφθηκε πως θα είχε το χρόνο να το σκοτώσει, να το φάει και μετά να ξανατρέξει και να κερδίσει τον αγώνα. Αφού έτρεξε για λίγο,

έπιασε το ελάφι και καθώς ήταν πεινασμένο, σταμάτησε για το δείπνο του. Οι χωρικοί άρχισαν να φωνάζουν στο λιοντάρι να βιαστεί, αλλά το πεινασμένο λιοντάρι τους αγνόησε. Τότε σκέφθηκαν ότι σίγουρα, αφού θα φάει το δείπνο του, θα γυρίσει πίσω στο δρόμο για τον αγώνα. Όμως, αφού έφαγε, το λιοντάρι χασμουρήθηκε, τεντώθηκε και έπεσε για ύπνο.

Τα μέλη των άλλων πέντε χωριών καταχάρηκαν που το λιοντάρι είχε πέσει σε ύπνο και σκέφθηκαν ότι το δικό τους ζώο θα είχε μεγαλύτερη πιθανότητα να κερδίσει. Τα μέλη του δεύτερου χωριού ήταν τώρα σίγουροι για τη νίκη του ελέφαντα, καθώς μπορούσε να τρέχει με μεγάλη ταχύτητα και κανείς δεν μπορούσε να τον σταματήσει. Στον δρόμο, όμως, ο ελέφαντας είδε μια ελεφαντίνα και ξαφνικά, έστριψε αριστερά, έξω από τον δρόμο και πήγε με την ελεφαντίνα στο δάσος. Για ώρες και ώρες δεν είδαν ξανά οι χωρικοί τον ελέφαντα.

Αυτό έδωσε μεγαλύτερη ελπίδα στους ανθρώπους των άλλων τεσσάρων χωριών. Το τρίτο χωριό σκέφθηκε ότι το φίδι θα ξεγλιστρούσε στον δρόμο προς το βασίλειο και θεώρησαν ότι είχαν μια καλή ευκαιρία να κερδίσουν.

Ξαφνικά όμως το φίδι είδε μία μαγκούστα δίπλα στη φωλιά του. Το φίδι είχε κρυμμένες κάποιες πολύτιμες πέτρες μέσα σε αυτήν και θύμωσε, βλέποντας τη μαγκούστα να μπαίνει μέσα και έφυγε γρήγορα από το δρόμο προχωρώντας προς τη φωλιά του και άρχισε να σφυρίζει με θυμό απειλώντας την μαγκούστα. Η μαγκούστα καθόταν κοντά στη φιδοφωλιά και δεν ήθελε να φύγει. Ήταν έτοιμη να επιτεθεί, αν το φίδι της ορμούσε. Το φίδι και η μαγκούστα έμειναν καθηλωμένα έξω από τη φωλιά του φιδιού.

Τα τελευταία τρία χωριά ήταν ενθουσιασμένα που οι τρεις χειρότερες επιλογές τους θα είχαν μία μεγαλύτερη ευκαιρία νίκης.

Ο αρχηγός του τέταρτου χωριού είπε: «Βλέπετε, ο λαγός είναι αυτός που θα κερδίσει τον αγώνα. Δεν υπάρχει καμία χελώνα και έτσι σύμφωνα με το μύθο, πρέπει να κερδίσει». Ξαφνικά, όμως, ο λαγός καθώς έτρεχε, είδε μερικά λαγουδάκια που

έπαιζαν δίπλα στο δρόμο και σκέφθηκε να παίξει μαζί τους και έφυγε και αυτός από τον αγώνα.

Τα μέλη του τέταρτου χωριού άρχισαν να φωνάζουν στο λαγό: «πήγαινε πίσω στο δρόμο». Όμως, ο λαγός, ήταν πολύ ευχαριστημένος που διασκέδαζε και δεν τους άκουσε.

Τα μέλη του πέμπτου χωριού έβγαλαν έναν αναστεναγμό ανακούφισης. Γνώριζαν ότι πλέον ο μόνος ανταγωνιστής για την αλεπού τους θα ήταν το μυρμήγκι και σκέφθηκαν ότι τα μέλη του έκτου χωριού επέλεξαν έναν αποτυχημένο, για να συμμετέχει στον αγώνα. Πίστευαν ότι η πανέξυπνη αλεπού θα κέρδιζε.

Τα μέλη του πέμπτου χωριού παρακολουθούσαν την αλεπού τους που συνέχιζε να τρέχει στο δρόμο. Ξαφνικά όμως, περνώντας από μια φάρμα, η αλεπού σταμάτησε, γιατί είδε ένα κοτέτσι με κότες που κλωσούσαν τα αυγά τους. Η αλεπού είχε τη συνήθεια να κλέβει αυγά και σταμάτησε, περιμένοντας τις κότες να φύγουν και να εγκαταλείψουν τα αυγά τους για να τα βουτήξει.

Ο σοφός άνθρωπος του έκτου χωριού είχε πίστη στο μυρμήγκι. Τι έκανε λοιπόν: Τη νύχτα πριν τον αγώνα, όταν όλοι στα χωριά κοιμόντουσαν, βγήκε έξω στο δρόμο που οδηγούσε από την αφετηρία του αγώνα στη γραμμή του τερματισμού. Πήρε μεγάλα μπουκάλια με νερό, στα οποία προηγουμένως είχε διαλύσει ζάχαρη. Μετά, χάραξε μια γραμμή και πάνω της έβαλε το νερό με τη ζάχαρη από τα μπουκάλια, από την αφετηρία μέχρι την πύλη του βασιλείου. Την επόμενη ημέρα, όταν ήταν να αρχίσει ο αγώνας, έβαλε το μυρμήγκι στην αρχή της γραμμής του γλυκού νερού.

Το μυρμήγκι ακολούθησε ευχαριστημένο τη γραμμή του γλυκού νερού και συνέχισε να πηγαίνει χωρίς να το σταματάει τίποτα.

Παρά τις κραυγές των διαφόρων χωρικών, για να κάνουν τους εκλεκτούς τους να κινηθούν, κανένα από τα άλλα πλάσματα δεν άλλαξε τη στάση του. Τα μέλη του έκτου χωριού ήταν ευτυχισμένα και χαρούμενα, όταν τελικά το ταπεινό μυρ-

μήγκι έφθασε πρώτο στις πύλες του βασιλείου.

Οι υπουργοί του βασιλιά ταράχτηκαν που το ταπεινό μυρμήγκι είχε κερδίσει τον αγώνα και διερωτήθηκαν τι είδους μασκότ θα ήταν αυτό το μυρμήγκι!

Ο βασιλιάς εντυπωσιάστηκε με την αφοσίωση του μυρμηγκιού στον στόχο του, αλλά ακόμα περισσότερο από την εξυπνάδα του σοφού ανθρώπου να το βάλει να βαδίσει πάνω σε αυτή τη γλυκιά γραμμή.

«Ανακηρύσσω το ταπεινό μυρμήγκι ως νικητή και μασκότ μου» είπε ο βασιλιάς.

Στη συνέχεια, ο βασιλιάς και οι υπουργοί του πλησίασαν τον σοφό άνθρωπο του έκτου χωριού, για να τον ρωτήσουν πώς ήξερε και επέλεξε το μυρμήγκι για τον αγώνα.

Ο σοφός άνθρωπος απάντησε: «Ο καθένας από τους άλλους συμμετέχοντες ξέφυγε από το στόχο του από μια αδυναμία του χαρακτήρα του».

Τα μέλη του πρώτου χωριού ρώτησαν: «Γιατί το λιοντάρι μας έχασε τον αγώνα; Δεν είναι το λιοντάρι ο βασιλιάς της ζούγκλας;»

Ο σοφός άνθρωπος εξήγησε: «Το λιοντάρι μπορεί να έχει ανακηρυχθεί βασιλιάς της ζούγκλας και οι άλλοι να το φοβούνται, αλλά έχασε επειδή είναι γεμάτο εγωισμό. Γνωρίζει ότι μπορεί οποτεδήποτε να έχει οποιοδήποτε ζώο θέλει για τροφή και γι'αυτό δεν του είναι απαραίτητο να επιμένει σε ένα στόχο. Μπορεί να αναπαυθεί και να κοιμηθεί όπου και όσο θέλει. Οποτεδήποτε είναι έτοιμο να φάει, μπορεί να παραμονεύσει ένα άλλο ζώο. Γνωρίζει ότι όλοι είναι στις διαταγές του και ότι δεν είναι αναγκασμένο να δουλέψει σκληρά. Ήταν τόσο γεμάτο με εγωισμό, ώστε θεωρούσε ότι δεν είχε ανάγκη να συναγωνιστεί κάποιον άλλο. Το λιοντάρι δεν ενδιαφέρεται να κάνει τίποτα για να καλυτερεύσει τον εαυτό του. Οι στόχοι δε σημαίνουν τίποτα γι'αυτό, καθώς μπορεί να πάρει οτιδήποτε θέλει και οποτεδήποτε το θέλει. Ο εγωισμός του το εμποδίζει να κατορθώσει κάτι την παρούσα στιγμή.»

Η δεύτερη ομάδα των χωρικών είπε: «Δεν καταλαβαίνουμε

γιατί έχασε ο ελέφαντας».

Ο σοφός άνθρωπος εξήγησε: «Ο ελέφαντας είναι γνωστός για τη λαγνεία του, ήταν τόσο εστιασμένος στον θηλυκό ελέφαντα, που ξέχασε τον στόχο. Παγιδεύτηκε τόσο πολύ στο να ικανοποιήσει τη λαγνεία του, ώστε έχασε το δρόμο προς τον στόχο.

Η τρίτη ομάδα των χωρικών ρώτησε: «Τότε γιατί έχασε το φίδι;»

Ο σοφός άνθρωπος εξήγησε: «Το φίδι είναι γεμάτο θυμό. Οποτεδήποτε δε γίνεται το δικό του, σφυρίζει και δαγκώνει καθώς δεν έχει κανένα έλεγχο πάνω στο θυμό του. Ήταν τόσο θυμωμένο, όταν η μαγκούστα πήγε κοντά στη φωλιά του, που δεν μπορούσε να εστιαστεί στον αγώνα. Παγιδεύεται τόσο πολύ μέσα στο θυμό και στην εκδίκηση, που δεν μπορεί να σκεφθεί τίποτα άλλο. Είναι γι᾽ αυτό που το φίδι έχασε την εστίασή του και έχασε τον αγώνα».

Η τέταρτη ομάδα των χωρικών είπε: «Ο λαγός υποτίθεται ότι είναι ένα γρήγορο ζώο. Αφού δεν υπήρχε καμία χελώνα στον αγώνα, θα έπρεπε να κερδίσει. Γιατί έχασε;»

Ο σοφός άνθρωπος είπε: «Ο λαγός έχει μεγάλη προσκόλληση με τα μικρά λαγουδάκια. Παίζοντας μαζί τους, ξεχνάει το καθετί και οτιδήποτε άλλο παύει να έχει σημασία γι᾽ αυτόν. Απολαμβάνει να είναι με εκείνους που αγαπά και είναι τόσο προσκολλημένος σε αυτούς, που δεν μπορεί να εστιαστεί στο στόχο του».

Η πέμπτη ομάδα τελικά ρώτησε: «Τι γίνεται με την αλεπού; Υποτίθεται ότι είναι έξυπνη. Αυτή γιατί έχασε;»

Ο σοφός άνθρωπος απάντησε: «Προσέξατε τι έκανε η αλεπού; Είχε μεγάλο ενδιαφέρον να βρει μια ευκαιρία για να κλέψει τα αυγά από τις κότες, ώστε έπαψε να έχει ενδιαφέρον και εγκατέλειψε τον αγώνα. Η αλεπού είναι άπληστη. Δεν είναι ευχαριστημένη με το δικό της μερίδιο, αλλά θέλει και αυτό που έχουν οι άλλοι. Δε ζει με δική της σκληρή δουλειά, αλλά θέλει να παίρνει από τους άλλους τον κόπο τους. Αυτό την έκανε να εγκαταλείψει τον αγώνα και να μείνει εστιασμένη στο να

κλέψει».

Όλοι οι άλλοι χωρικοί τότε είπαν: «Καταλαβαίνουμε τι συνέβη στα πλάσματα που επιλέξαμε για τον αγώνα, αλλά πώς κέρδισε αυτό το ασήμαντο μυρμήγκι;»

Ο σοφός άνθρωπος είπε: «Το μυρμήγκι δουλεύει σκληρά και είναι επιμελές. Όταν αρχίζει ένα έργο, επιμένει σε αυτό, μέχρι να το τελειώσει. Έτσι, το μυρμήγκι ήταν αφοσιωμένο στο να ακολουθεί τη γραμμή. Όταν χαραχθεί ένα μονοπάτι για ένα μυρμήγκι, το ακολουθεί επιμελώς. Δεν αποσπάται. Δε βγαίνει από τη γραμμή για να ασχοληθεί με άλλες δραστηριότητες. Το μυρμήγκι παραμένει στη γραμμή, ωσότου να φθάσει στο τέλος της. Επίσης, απολαμβάνει τα γλυκά και του αρέσει η γεύση του γλυκού νερού. Όσο περισσότερο γλυκό νερό βρίσκει, τόσο περισσότερο γλυκό νερό θέλει. Έτσι, ενώ το μυρμήγκι γευόταν το γλυκό νερό στη γραμμή, παρέμενε σ᾽ αυτή και αυτό το οδήγησε μέχρι τον τερματισμό».

Ο βασιλιάς ευχαριστήθηκε με την εξήγηση του σοφού ανθρώπου και με χαρά ονόμασε το μυρμήγκι νικητή.

Η ιστορία αυτή απεικονίζει και τις αντιδράσεις του καθημερινού ανθρώπου. Αν ρωτήσουμε έναν άνθρωπο: «Θέλεις να βρεις το Θεό;» Πιθανότατα θα απαντήσει: «Ναι». Αλλά, αν δείξετε στους ανθρώπους το Μονοπάτι με το οποίο μπορούν να βρουν τον Θεό, μόνο λίγοι θα φθάσουν στις πύλες του Κυρίου. Πολλοί θα βγουν από το Μονοπάτι για τους ίδιους λόγους που τα πλάσματα αυτής της ιστορίας βγήκαν από το δρόμο τους. Ο εγωισμός, η λαγνεία, ο θυμός, η προσκόλληση και η απληστία βγάζουν συνήθως τους ανθρώπους έξω από το Μονοπάτι του Θεού.

Αυτές οι αδυναμίες ονομάζονται “πέντε ληστές” και είναι αυτές που μας εμποδίζουν στο να φθάσουμε τον Θεό. Ο νους χρησιμοποιεί αυτούς τους ληστές ως ένα μέσο για να μας εμποδίσει να φθάσουμε στον τελικό στόχο – τις πύλες του Βασιλείου του Θεού.

Όπως ο εγωισμός λοξοδρόμησε το λιοντάρι στην ιστορία, έτσι και το “εγώ” μάς κρατά εστιασμένους στον εαυτό μας αντί

στον Θεό. Όταν το "εγώ" μας είναι στην πλήρη του δόξα, μας κάνει να νομίζουμε ότι δεν χρειαζόμαστε τον Θεό. Μας κάνει να νομίζουμε ότι είμαστε παντογνώστες. Μας εμποδίζει να ψάξουμε να βρούμε έναν Διδάσκαλο, ο οποίος να μπορεί να μας οδηγήσει στον Θεό. Μας λέει ότι είμαστε ήδη τέλειοι και ο Θεός θα μας ανοίξει τις πύλες Του, όταν εγκαταλείψουμε αυτό τον κόσμο, χωρίς εμείς να χρειάζεται να κάνουμε τίποτα. Όπως το λιοντάρι, νομίζουμε ότι είμαστε ήδη ο βασιλιάς της δικής μας ζούγκλας και ότι ο Θεός θα μας αγκαλιάσει, χωρίς εμείς να κάνουμε οποιαδήποτε πνευματική εργασία. Περνάμε τη ζωή μας κοιμισμένοι. Θεωρούμε όλους τους άλλους ότι είναι κατώτεροι από εμάς και ότι μπορούμε να τους έχουμε κάτω από τις διαταγές μας, για να φροντίζουν όλες μας τις ανάγκες. Μπορεί να κάνουμε τον αφέντη σε ανθρώπους στον τόπο εργασίας μας, στο σπίτι ή μέσα στην κοινωνία. Περιμένουμε οι φίλοι μας, η κοινότητα και η κοινωνία να προσφέρουν σε εμάς. Θεωρούμε ότι είμαστε το νούμερο ένα και ότι όλοι οι άλλοι θα έπρεπε να είναι υποτελείς σε εμάς. Νομίζουμε ότι ο Θεός υπάρχει για να μας εξυπηρετεί.

Η λαγνεία απέσπασε τον ελέφαντα. Με τον ίδιο τρόπο, η λαγνεία είναι ένας άλλος κλέφτης που μας κρατά μακριά από τον Θεό. Είναι μεγάλο πράγμα να αγαπάμε τους άλλους μέσα σε αυτό τον κόσμο. Όμως έχοντας λαγνεία, ξεχνάμε τον Θεό και εστιαζόμαστε στο να εκπληρώνουμε τις δικές μας επιθυμίες. Λαγνεία μπορεί να έχουμε για αισθησιακές απολαύσεις, οινοπνευματώδη ποτά, ναρκωτικά, τζόγο ή οποιαδήποτε συνήθεια που αποσπά την εστίασή μας από το στόχο τού να επιστρέψουμε στον Θεό.

Το φίδι βγήκε από το δρόμο λόγω του θυμού του. Ήταν τόσο εστιασμένο στο θυμό του, ώστε ξέχασε το σκοπό του. Αν σκεφθούμε τη ζωή μας, μπορούμε να δούμε το πώς μπερδευόμαστε με το θυμό. Πόσα πράγματα μας θυμώνουν; Θυμώνουμε με όποιον δεν εκπληρώνει τις προσδοκίες μας. Μερικές φορές, δεν μπορούμε να συγκρατήσουμε το θυμό μας και θέλουμε να εκδικηθούμε. Αρχίζουμε να προγραμματίζουμε το τι θέλουμε

να κάνουμε στον άνθρωπο που μας θύμωσε. Ο θυμός κυριαρχεί στις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας και χάνουμε το δρόμο για τον πνευματικό μας στόχο.

Ο λαγός αποσπάστηκε λόγω της προσκόλλησής του στους άλλους λαγούς. Θεώρησε ότι το να παίζει με τους άλλους λαγούς ήταν πιο σημαντικό από οτιδήποτε άλλο. Με τον ίδιο τρόπο, οι άνθρωποι βάζουν όλους τους άλλους, εκτός του Θεού, πρώτους στη ζωή τους και δε φθάνουν στο στόχο.

Η αλεπού βγήκε από τον αγώνα εξαιτίας της απληστίας της. Υπάρχουν άνθρωποι που δεν είναι ποτέ ικανοποιημένοι με αυτό που έχουν, αλλά θέλουν περισσότερα. Αφιερώνουν όλο τους το χρόνο, προσπαθώντας να συσσωρεύσουν περισσότερα, αντί να ισορροπήσουν τη ζωή τους με το να βρουν τον Κύριο. Μερικοί άνθρωποι συσσωρεύουν περιουσίες, μερικοί θέλουν να αυξήσουν τη δύναμή τους, το όνομα ή τη φήμη τους. Η απληστία οδηγεί τους ανθρώπους να είναι σαν την αλεπού που ήθελε να κλέψει τα ξένα αυγά. Έτσι ξεχνούν να αφιερώνουν χρόνο για να επιστρέψουν στον Θεό.

Πολλοί καταλήγουν όπως τα πέντε πλάσματα της ιστορίας, να έχουν λοξοδρομήσει από το στόχο τους. Η κατάσταση αυτών των ανθρώπων μπορεί να περιγραφεί από τον πιο κατω στίχο του Καμπίρ:

«Έχεις χάσει τη ζωή σου κοιμώμενος
και η μέρα έχει περάσει τρέφοντας το σώμα.
Αλίμονο! Το ανεκτίμητο κόσμημα της ζωής
το έχεις φθηνά ξεπουλήσει».

Όλα τα πλάσματα μέσα στην πιο πάνω ιστορία ξεπούλησαν την επίτευξη ενός βασιλικού στόχου, εξαιτίας των επιθυμιών της φυσικής τους ύπαρξης. Μπορούσαν να έχουν το θαυμασμό του βασιλιά, όμως αντί γι' αυτό, το λιοντάρι πήγε να βρει την τροφή του, ο ελέφαντας εκπλήρωσε την επιθυμία του, το φίδι πήγε στη μικρή φωλιά του, ο λαγός πήγε να παίξει με τους άλλους λαγούς και η αλεπού πήρε τα αυγά από τις κότες. Ήταν μόνο το μυρμήγκι που κέρδισε την εύνοια του βασιλιά.

Παρόμοια, ενώ έχουμε τη δυνατότητα να μπούμε και εμείς στο βασίλειο του Θεού, ξεπουλάμε αυτό το κόσμημα της ζωής για να κοιμηθούμε, να φάμε και να φροντίσουμε να εκπληρώσουμε τις επιθυμίες μας.

Αν θέλουμε να επιστρέψουμε στον Θεό, μπορούμε να πάρουμε ένα μάθημα από το μυρμήγκι. Όταν το μυρμήγκι άρχισε να βαδίζει πάνω στη γραμμή, την ακολούθησε μέχρι το τέλος. Δεν αμφιταλαντεύτηκε, αλλά συνέχισε εστιασμένο σε ένα σκοπό, στο να ακολουθεί τη γραμμή. Δεν σταμάτησε για να σκεφθεί: «Ω! για να πάω εκεί, έχω καιρό, λοιπόν, ας τα παρατήσω». Συνέχισε να πηγαίνει βήμα-βήμα, κάνοντας την προσπάθεια, μέχρι που έφθασε στο στόχο του.

Εκτός από το στόχο, υπήρχε και ένας άλλος παράγοντας που έκανε το μυρμήγκι να επιτύχει. Η ιδιότητά του, να παραμένει σταθερό στο στόχο του, προκάλεσε και τη επιλογή του από τον σοφό άνθρωπο. Αυτός του χάραξε τη γραμμή και αυτό κάνει και ένας πνευματικός Διδάσκαλος για μας. Όποτε έχουμε την επιθυμία να φθάσουμε στο στόχο να βρούμε τον Θεό, μεσολαβεί ένας Διδάσκαλος και μας βάζει στο σωστό Μονοπάτι, οδηγώντας μας συγχρόνως, ώστε να μην λοξοδρομήσουμε.

Ένας πνευματικός Διδάσκαλος χαράζει τα βήματα για μας, ώστε να φθάσουμε στον Θεό. Αν κινούμαστε πάνω στο Μονοπάτι, χωρίς να λοξοδρομούμε από την πορεία, θα φθάσουμε στο στόχο μας. Το πρώτο βήμα είναι να πάρουμε τη Μύηση στο Φως και τον Ήχο του Θεού.

Για τη Μύησή μας, τα μόνα προαπαιτούμενα είναι να είμαστε χορτοφάγοι, να αποφεύγουμε τα οινοπνευματώδη, τα παραισθησιογόνα, τα ναρκωτικά και να κερδίζουμε τα προς το ζην τίμια. Το δεύτερο βήμα είναι, όταν μυηθούμε, να διαλογιζόμαστε στο Φως και τον Ήχο του Θεού καθημερινά, το ελάχιστο δυόμισι ώρες. Το τρίτο βήμα είναι να τηρούμε ένα ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης για τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας, ώστε να ξεριζώσουμε την προσπάθεια του νου να μας απασχολεί με το θυμό, τη λαγνεία, την απληστία, την προσκόλληση και τον εγωισμό. Με το ημερολόγιο αυτοενδο-

σκόπησης θα βοηθηθούμε να αναπτύξουμε τη μη βιαιότητα, τη φιλαλήθεια, την αγνότητα, την ταπεινοφροσύνη και την ανιδιοτελή προσφορά. Το τέταρτο βήμα είναι να εστιαζόμαστε στον Θεό, πηγαίνοντας στο Σάτσανγκ, γιατί εκεί ακούμε μορφωτικά διδάγματα μέσα σε μια φορτισμένη πνευματικά ατμόσφαιρα. Το πέμπτο βήμα είναι να εκτελούμε ανιδιοτελείς υπηρεσίες. Αυτό είναι το Μονοπάτι που έχει χαραχθεί για εμάς.

Ο Διδάσκαλος κάνει ακόμα περισσότερα για μας από το να μας χαράξει μια γραμμή. Στην ιστορία, ο σοφός άνθρωπος δεν χάραξε μόνον το μονοπάτι που έπρεπε να ακολουθήσει το μυρμήγκι, αλλά γνωρίζοντας ότι στο μυρμήγκι αρέσει η ζάχαρη και το νερό, έβαλε πάνω στη γραμμή και κατά μήκος του δρόμου γλυκό νερό. Αυτό κάνει και ο Διδάσκαλος για εμάς. Παράλληλα με το Μονοπάτι, μας βάζει το γλυκό νερό του Σαμπντ ή Νάαμ – το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου – το Νέκταρ του Θεού. Ο Διδάσκαλος μας μυεί στο Φως και τον Ήχο – το γλυκό Νερό του Θεού.

Το Φως και ο Ήχος δεν είναι φυσικά φαινόμενα, όπως το εξωτερικό φως του ήλιου και οι ήχοι αυτού του κόσμου. Το Ρεύμα του Εσωτερικού Φωτός και Ήχου είναι μια δόνηση που γίνεται από την ίδια τη Θεϊκή ουσία.

Γνωρίζουμε πώς είναι να νιώθουμε αγάπη, όταν είμαστε ανάμεσα σε ορισμένους ανθρώπους. Τίποτε δεν μπορεί κανείς να δει να συμβαίνει με τα εξωτερικά μάτια, αλλά υπάρχει μια δόνηση ενέργειας που περνά μεταξύ δύο ανθρώπων. Αυτή είναι μια μικρή αντανάκλαση από αυτό που συμβαίνει, όταν η ψυχή έρχεται σε επαφή με τον Θεό. Ο Θεός είναι ένας Ωκεανός συνειδητότητας. Η ψυχή μας είναι της ίδιας ουσίας με Αυτόν. ***Όταν αποσύρουμε την προσοχή μας από το νου και το σώμα, συνειδητοποιούμε τη φύση του αληθινού μας εαυτού, ότι είμαστε μια ψυχή.*** Όσο χρόνο είμαστε προσκολλημένοι στο νου και το σώμα, δεν είμαστε ενήμεροι της ύπαρξης της ψυχής μας.

Όταν έχουμε την εμπειρία του Ρεύματος του Φωτός και του Ήχου και της μακαριότητας που μας δίνουν, τότε θέλουμε περισσότερο να φθάσουμε τον Κύριο. Τα τόξα, της προσπά-

θειάς μας, με τη μορφή βημάτων που κάνουμε, και συγχρόνως της Χάρης που μας δίνει ο Διδάσκαλος, με τη μορφή της όλο και περισσότερης μακαριότητας, συνεχίζονται μέχρι να κλείσει ένας κύκλος. Τότε, θα είναι η μέρα που θα βρούμε τον εαυτό μας στο Βασίλειο του Θεού.

Η ζάχαρη του Νάαμ μας γλυκαίνει τις καρδιές και τότε, όσο περισσότερο γευόμαστε αυτή τη ζάχαρη μέσω του διαλογισμού, τόσο λιγότερο μας ελκύουν τα εγκόσμια ενδιαφέροντα.

Όταν γευόμαστε την υπέροχη γεύση της ζάχαρης της Αγάπης του Θεού, χάνουμε το εγώ μας. Βυθιζόμαστε σε αυτήν τη ζάχαρη Αγάπης, επιθυμώντας μόνο να γευθούμε τη γλυκύτητά της.

Όταν γεμίσουμε με την υπέροχη γεύση της ζάχαρης, που σημαίνει της Αγάπης του Θεού, δεν μας αποσπά πια η λαγνεία. Η Αγάπη του Θεού μας γεμίζει και μας ικανοποιεί περισσότερο από οποιαδήποτε αγάπη αυτού του κόσμου. Ενώ οι αγάπες αυτού του κόσμου μπορούν να μας κάνουν ευτυχισμένους, η Αγάπη της Αγκαλιάς του Θεού διαπερνά κάθε πόρο όχι μόνο του σώματος αλλά και την ψυχή μας. Όταν γεμίσουμε με τη ζάχαρη της Αγάπης του Θεού, δεν αποσπώμεθα πια από καταστάσεις που μας κάνουν να θυμώνουμε. Είμαστε τόσο μεθυσμένοι με την Αγάπη του Θεού, ώστε δε θυμώνουμε με αυτά που μπορεί να κάνουν οι άλλοι. Όταν γεμίσουμε με τη ζάχαρη της Αγάπης του Θεού, δεν αποσπώμεθα πια από υλικές προσκολλήσεις. Εκτελούμε τα καθήκοντά μας με αγάπη, αλλά η προσοχή μας παραμένει στον Θεό. Μέσα στην καρδιά μας αγαπάμε τον Θεό συνέχεια, ακόμα και την ώρα που υπηρετούμε την οικογένεια, τους φίλους και την κοινωνία μας.

Όταν γεμίσουμε με τη ζάχαρη της Αγάπης του Θεού, δεν αποσπώμεθα από απληστία. Βρίσκουμε ότι τίποτα σε αυτό τον κόσμο δε μας ικανοποιεί τόσο, όσο η Αγάπη του Θεού. Εργαζόμαστε σκληρά, για να κερδίσουμε τα προς το ζην και είμαστε ικανοποιημένοι με αυτά που έχουμε. Χρησιμοποιούμε αυτά που έχουμε, για να συντηρήσουμε την οικογένεια και τον εαυτό μας. Διαπιστώνουμε ότι δεν υπάρχει καμία δραστηριότητα

στον οποιοδήποτε ηλεκτρονικό υπολογιστή που να μας ευχαριστεί τόσο, όσο ο χρόνος που περνάμε απορροφημένοι μέσα στην έκσταση της σύνδεσής μας με τον Θεό. Είμαστε ευγνώμονες γι' αυτά που δεχόμαστε από τον Θεό.

Όλοι εκείνοι που είναι αφοσιωμένοι στον πνευματικό τους στόχο είναι όπως το μυρμήγκι, είτε είναι εκατομμυριούχοι επιχειρηματίες, είτε φημισμένοι καλλιτέχνες και εφευρέτες, είτε οποιοσδήποτε που έχει διαπρέψει στον τομέα του, όλοι, διακρίνονται για την κοινή τους ιδιότητα, την αφοσίωσή τους σε ένα στόχο. Εργάζονται χωρίς να σταματούν, μέχρι να φθάσουν το στόχο τους. Αν χρειάζεται να εργάζονται και ολόκληρη τη νύχτα, το κάνουν. Οι Άγιοι έχουν χρησιμοποιήσει κάθε ελεύθερη στιγμή από τον ελεύθερο χρόνο τους, για να διαλογιστούν στον Θεό. Αν αφοσιωθούμε στον στόχο του διαλογισμού, μπορούμε και εμείς να φθάσουμε στην ένωση της ψυχής μας με τον Θεό.

Η Μύηση εξαλείφει τους μεγαλύτερους φόβους μας, που είναι τα γηρατειά και ο θάνατος. Οι Άγιοι έρχονται με ένα σταθερό μήνυμα: ότι δεν είμαστε το σώμα. Είμαστε μια αθάνατη ψυχή. Είμαστε πνεύμα, μια αιώνια Σπίθα και για να γνωρίσουμε τον αληθινό μας εαυτό, μπορούμε με το διαλογισμό να εσωστρέψουμε την προσοχή μας και να ανακαλύψουμε αυτή την κρυμμένη ουσία.

Υπάρχει μια ενδιαφέρουσα ιστορία για έναν ποταμό. Το ταξίδι του ποταμού άρχισε στην κορυφή ενός βουνού. Τα νερά κύλησαν προς τα κάτω, συμπαρασύροντας ακόμα και δένδρα. Έγινε ένα ποτάμι που πέρασε πάνω από βράχια και μερικές φορές, σχημάτισε μικρούς καταρράκτες στο ταξίδι του. Ξαφνικά, όμως, ο ποταμός συνάντησε σε μια έρημο και δε γνώριζε τι να κάνει. Ήταν συνηθισμένος να ρέει κατά μήκος μιας κοίτης ποταμού, αλλά τώρα η κοίτη του ποταμού τελείωσε και δεν υπήρχε τίποτα, παρά στεγνή άμμος για μίλια και μίλια.

Τότε ο ποταμός είπε: «Είμαι συνηθισμένος να περνάω πάνω από οτιδήποτε έρχεται στο δρόμο μου, λοιπόν, θα κυλήσω διαμέσου της άμμου». Ο ποταμός προσπάθησε να διασχίσει την

άμμο, αλλά κάθε φορά που έβαζε το πόδι του στην άμμο, τα νερά του στέγνωναν. Σκέφθηκε ότι θα απορροφιόταν όλος μέσα στην άμμο και θα εξαφανιζόταν και τότε σκέφθηκε: «Αυτό είναι παράξενο και ποτέ δε μου συνέβη προηγουμένως. Πώς θα διασχίσω άραγε αυτή την έρημο;»

Ξαφνικά, η άμμος της ερήμου μίλησε στον ποταμό και του είπε: «Μόνο οι άνεμοι διασχίζουν την άμμο».

Ο ποταμός είπε: «Αυτό είναι αλήθεια. Ο άνεμος πετά διασχίζοντας την άμμο».

Τότε, η άμμος συμβούλευσε τον ποταμό: «Δεν πρέπει να προσπαθήσεις να διασχίσεις την άμμο μόνος, γιατί οι σταγόνες του νερού σου θα βυθιστούν μέσα στην άμμο και θα ξεραθεί όλο σου το νερό. Πρέπει να αφήσεις τον άνεμο να σε μεταφέρει». Ο ποταμός τα έχασε και διερωτήθηκε: «Πώς μπορεί ο άνεμος να με περάσει στην άλλη μεριά;»

Η άμμος του εξήγησε: «Κοίταξε τον άνεμο που μεταφέρει τόσα πράγματα διασχίζοντάς με όλη την ώρα. Μπορεί να σηκώσει το νερό που είναι μέσα σου και να το μεταφέρει διαμέσου της ερήμου. Και μετά, θα σε αφήσει στην άλλη μεριά».

Ο ποταμός είπε: «Είμαι τόσο μακρύς ποταμός, με αμέτρητες σταγόνες νερού. Πώς μπορεί ο άνεμος, που είναι φτιαγμένος από ελαφρύ αέρα, να μεταφέρει τις βαριές σταγόνες του νερού μου;»

Η άμμος είπε: «Ο άνεμος το ξανάκανε αυτό με το νερό αμέτρητες φορές και μπορεί να το ξανακάνει και για σένα. Εμπιστεύσου τον. Πρέπει να το προσπαθήσεις εσύ μόνος σου, για να το αποδείξεις. Αν δεν αφήσεις τον άνεμο να σε πάρει, το νερό σου θα σταματήσει εδώ και σιγά-σιγά θα εξαφανιστείς, καθώς θα βυθίζεσαι μέσα στην άμμο».

Τότε ο ποταμός ρώτησε: «Μπορείς να μου εγγυηθείς την αλήθεια από αυτά που μου λες;»

Η άμμος είπε: «Όχι αν όμως δεν το προσπαθήσεις ο ίδιος, σίγουρα θα πεθάνεις. Το νερό σου θα απορροφηθεί μέσα μου και δε θα μείνει τίποτα από σένα. Δε θα σε βλάψει το να ζητήσεις από τον άνεμο να σε περάσει απέναντι».

Ο ποταμός, τότε, ζήτησε από τον άνεμο να τον βοηθήσει να διασχίσει την έρημο, ώστε να μην εξαφανιστεί και πεθάνει και συγχρόνως τον ρώτησε: «Πώς μπορείς να το κάνεις αυτό; Είμαι τόσο πολύ πιο βαρύς από σένα».

Ο άνεμος τότε είπε: «Δεν γνωρίζεις την αληθινή σου φύση! Αν τη γνώριζες, θα ήξερες ότι ο άνεμος μπορεί να σε μεταφέρει. Αν γνώριζες ποια είναι η αληθινή σου φύση, θα σηκωνόσουν χαρούμενος και θα πετούσες μαζί μου».

Ο ποταμός συλλογίστηκε ποια ήταν η αληθινή του φύση και συνειδητοποίησε ότι, στην πραγματικότητα ήταν και αυτός φτιαγμένος από τα αέρια οξυγόνο και υδρογόνο. Η αληθινή του ουσία, λοιπόν, ήταν δυό αέρια. Μόλις συνειδητοποίησε την αληθινή του ουσία, οι σταγόνες του νερού σηκώθηκαν σαν ατμός και πέταξαν μέσα στην αγκαλιά του ανέμου.

Ο άνεμος μετέφερε τις σταγόνες του νερού με τη μορφή του σύννεφου διαμέσου της ερήμου για πολλά μίλια. Ο ποταμός ήταν σε έκσταση, καθώς πετούσε πάνω από τη γη στην αγκαλιά του ανέμου. Μετά, όταν ο άνεμος έφθασε στο τέλος της ερήμου, υπήρχε ένα βουνό. Εκεί, καθώς τα σύννεφα ψύχθηκαν, έγιναν ξανά νερό και έπεσαν σαν βροχή. Η βροχή μαζεύτηκε και καθώς κυλούσε στην πλαγιά του βουνού, σχημάτισε ένα νέο ποταμό. Ο ποταμός συνέχισε να ρέει, ωσότου έφθασε στη θάλασσα και έγινε ένα μαζί της.

Αυτή η υπερβολική ιστορία είναι μια αλληγορία της ανθρώπινης κατάστασης. Είμαστε σαν τον ποταμό. Θα έρθει μια μέρα κατά την οποία θα συναντήσουμε την έρημο και θα ξεραθούμε. Θα έρθει το τέλος μας. Αν θεωρούμε ότι είμαστε το σώμα, θα φοβόμαστε ακριβώς όπως ο ποταμός φοβόταν μην ξεραθεί στην άμμο της ερήμου. Υπάρχει ένας δυνατός άνεμος που μπορεί να μας μεταφέρει στην άλλη πλευρά. Ο Διδάσκαλος μάς συνδέει με αυτόν τον ισχυρό άνεμο που μας ανυψώνει και διασχίζουμε την άμμο του χρόνου. Αυτός ο ισχυρός άνεμος είναι ένα Ρεύμα, γνωστό ως "Λόγος" και είναι το Φως και ο Ήχος του Θεού.

Αυτό το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου περνά μέσα από

όλα τα βασίλεια της Δημιουργίας. Η ψυχή μέσα μας είναι πνεύμα, είναι μια Θεϊκή Σπίθα. Αν μπορούμε να ανυψώσουμε αυτή τη Σπίθα και να συνδεθεί με το Φως και τον Ήχο, μπορούμε να ταξιδέψουμε πάνω σε αυτό το Ρεύμα και να πάμε στην Πηγή του.

Το νερό του ποταμού συνειδητοποίησε ότι η αληθινή του φύση ήταν δύο αόρατα αέρια και με αυτήν τη μορφή μπορούσε να πετάξει. Παρόμοια, και εμείς συνειδητοποιούμε ότι η αληθινή φύση μας είναι η ψυχή και αυτή μπορεί να πετάξει πίσω στον Θεό. Όταν ταυτιστούμε με την ψυχή μας, μπορούμε να ανοίξουμε τα φτερά μας, για να πετάξουμε στα ανώτερα πνευματικά βασίλεια, πέρα από αυτό το φυσικό κόσμο. Μπορούμε να διασχίσουμε την πύλη του θανάτου και να συνειδητοποιήσουμε τα βασίλεια της αθανασίας.

Όπως το νερό έπρεπε να γίνει η αληθινή του φύση για να μπορέσει να πετάξει, έτσι και εμείς πρέπει να αποβάλουμε την εξωτερική μας ψευδαίσθηση, το σώμα μας, να συνειδητοποιήσουμε την αληθινή μας φύση, την ψυχή, ώστε να μπορέσουμε να πετάξουμε στα αθάνατα βασίλεια του πνεύματος. Ο ποταμός μπορούσε να επιστρέψει στην αληθινή του πηγή, τη θάλασσα, ακριβώς όπως και εμείς μπορούμε να επιστρέψουμε στην αληθινή μας Πηγή, την αιώνια θάλασσα της συνειδητότητας που ονομάζεται Θεός.

Ο άνεμος βοήθησε το νερό να ταξιδέψει στην πηγή του. Παρόμοια, οι Διδάσκαλοι μας συνδέουν με το πνευματικό Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου, που μπορεί να μας βοηθήσει να φθάσουμε τον Θεό. Οι Διδάσκαλοι έρχονται για να μας σηκώσουν και να μας μεταφέρουν μέσα στην αγκαλιά Τους, πίσω στην πρωταρχική μας Πηγή. Το μόνο που χρειάζεται να κάνουμε είναι να δοκιμάσουμε το πείραμα να μπούμε μέσα μας και να βρούμε τον αληθινό μας εαυτό ως ψυχή. Μπαίνοντας μέσα μας, βλέπουμε ότι δεν είμαστε το πρόσωπο που κοιτάζουμε μέσα στον καθρέφτη. Είμαστε μια λαμπερή, ακτινοβόλα ψυχή γεμάτη Φως. Όταν συνειδητοποιήσουμε τον εαυτό μας, τότε μπορούμε να πετάξουμε πάνω από την άμμο της ζωής και να

επανέλθουμε στον Ωκεανό της Αγάπης απ᾽ όπου προήλθαμε.

Η άμμος είπε στον ποταμό να αποδείξει την αλήθεια της δύναμης του ανέμου μόνος του, προτού να το πιστέψει. Έτσι και εμείς, μπορούμε να προσπαθήσουμε να κάνουμε το πείραμα μέσω του διαλογισμού πάνω στο Φως και τον Ήχο, για να έχουμε την εμπειρία της απόδειξης ότι ο αληθινός μας εαυτός είναι η ψυχή, που είναι ένα μέρος του Θεού, και ότι υπάρχει κάτι πέρα από αυτόν το φυσικό κόσμο. Ο κίνδυνος, όταν δεν το προσπαθήσουμε, είναι ότι οι μέρες της ζωής μας θα τελειώσουν και θα αντιμετωπίσουμε το τέλος του σώματός μας. Θέλουμε να φθάσουμε στο τέλος μας, μη γνωρίζοντας τι μας περιμένει στο Υπερπέραν ή θέλουμε να φθάσουμε στις τελευταίες μας ημέρες με πλήρη γνώση του Υπερπέραν; Αν δεν ανακαλύψουμε την αληθινή μας φύση στη διάρκεια της ζωής μας, θα ζούμε με το φόβο του αγνώστου. Θα τρέμουμε με το φόβο του θανάτου. Όμως, αν διαλογιζόμαστε, θα γίνουμε αυτόπτες μάρτυρες της δόξας και του μεγαλείου των Εσωτερικών βασιλείων. Θα ταξιδέψουμε προς τον Ωκεανό απ᾽ όπου προήλθε η ψυχή μας, την αθάνατη χώρα του Θεού.

Για να διαλογιστούμε, δε χρειάζεται να αλλάξουμε τη θρησκεία μας. Δεν είναι μια διαδικασία αλλαγής πίστης αλλά μια διαδικασία Εσωστροφής. Είναι μια μη δογματική μορφή διαλογισμού που μπορεί να ενσωματωθεί στη θρησκεία, στην πίστη και τον πολιτισμό μας. Εμείς απλώς καθόμαστε σε μια άνετη στάση. Κλείνουμε τα μάτια μας απαλά, όπως όταν πάμε να κοιμηθούμε και κοιτάζουμε στο μέσον αυτού που βλέπουμε να βρίσκεται μπροστά μας. Στην προκαταρκτική μορφή του διαλογισμού, που μπορεί κανείς να ασκήσει πριν να μυηθεί στο Φως και τον Ήχο από έναν αληθινό Διδάσκαλο, μπορούμε για να μην αποσπάται η προσοχή μας να επαναλαμβάνουμε νοερά, ένα οποιοδήποτε όνομα του Θεού με το οποίο νιώθουμε άνετα. Αργότερα, την ημέρα της Μύησής του, μαθαίνει κανείς τις πλήρεις καθοδηγήσεις για τον διαλογισμό "Σαμπντ" που αποτελείται από δύο ασκήσεις: το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως (άσκηση του *Σιμράν*) και το διαλογισμό στον Εσωτερικό

Ήχο (άσκηση του *Μπατζάν*).

Για το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως ή την άσκηση του Σιμράν, ο Διδάσκαλος δίνει "Πέντε Φορτισμένες Λέξεις" να τις επαναλαμβάνουμε συνεχώς νοερά, για να κρατάμε το νου μας ακίνητο. Αυτές οι "Λέξεις" κρατούν το νου απασχολημένο, ώστε καμία σκέψη να μην εμποδίζει το βλέμμα μας να εστιάζεται Εσωτερικά. Μέσω της επανάληψης αυτών των Πέντε Λέξεων, που είναι φορτισμένες από έναν πνευματικό Διδάσκαλο, η προσοχή μας εστιάζεται στο Τρίτο ή Μοναδικό Μάτι, που είναι μεταξύ και πίσω από τα δύο φρύδια. Αν η προσοχή μας παραμείνει σταθερά εκεί για ένα διάστημα, θα αρχίσουμε να έχουμε κάποια εμπειρία του Φωτός. Μπορεί να δει κανείς αστραπές φωτός, κύκλους φωτός ή φώτα οποιουδήποτε χρώματος όπως χρυσό, άσπρο, κίτρινο, πορτοκαλί, μπλε, βιολετί, πράσινο ή ιώδες. Εστιάζοντας σταθερά και επίμονα την προσοχή μας στο μέσον του φωτός, μπορεί να δούμε έναν Εσωτερικό ουρανό, άστρα, μια σελήνη και έναν ήλιο. Μετά, εμφανίζεται η φωτεινή ή Αιθερική μορφή του Διδασκάλου που θα μας οδηγήσει σταδιακά σε ένα Εσωτερικό ταξίδι.

Την ώρα της Μύησης, μαθαίνουμε επίσης τη δεύτερη άσκηση, που είναι ο διαλογισμός στον Εσωτερικό Ήχο. Σε αυτή την άσκηση, ακούμε την Ουράνια Μελωδία που αντηχεί ακατάπαυστα μέσα μας. Αυτή η μαγευτική μελωδία μαγνητίζει την ψυχή και την εξυψώνει στα πνευματικά βασίλεια του Υπερπέραν.

Θαυμάσιες περιοχές βρίσκονται πέρα από αυτό το φυσικό βασίλειο που βιώνουμε με τις πέντε μας αισθήσεις. Περιγραφές από αυτές τις μυστικιστικές περιοχές έχουν δοθεί από τους Αγίους. Καθώς "ανεβαίνει" κανείς στις ανώτερες περιοχές, έχει την εμπειρία μιας ανώτερης συνειδητότητας. Ενώ είμαστε στη γη, είμαστε μέρος της φυσικής περιοχής που αποτελείται κυρίως από ύλη και τότε είναι που έχουμε το λιγότερο ποσοστό συνειδητότητας. Το μεγαλύτερο φως που γνωρίζουμε σε αυτή την περιοχή είναι αυτό των άστρων και του ήλιου αλλά αυτό δεν είναι παρά ένα θολό φως συγκρινόμενο με το Φως στις ανώτατες πνευματικές Περιοχές. Αυτό που βιώνουμε ως την

ανώτατη αγάπη πάνω στη γη είναι μια ωχρή αντανάκλαση της Αγάπης που νιώθουμε, καθώς πετάμε στα ανώτερα βασίλεια. Εκείνοι που συνάντησαν το ον του Φωτός (Dr.Moody) στο κατώφλι του θανάτου είπαν ότι εξέπεμπε μια Αγάπη, μεγαλύτερη από οποιαδήποτε αγάπη αυτού του κόσμου. Το Φως ήταν δυνατότερο από οποιοδήποτε φως είχαν βιώσει πάνω στη γη. Αν η Αγάπη και το Φως στο κατώφλι του θανάτου και την αρχή των ανώτερων Εσωτερικών Περιοχών είναι τόσο μεγάλα, σκεφθείτε πόσο μεγαλύτερο είναι το Φως και η Αγάπη στις ακόμη ανώτερες Περιοχές. Είναι ένα Φως που είναι καταπραϋντικό και αγκαλιάζει τα πάντα.

Σε κάθε Εσωτερική Περιοχή υπάρχει Θεία Μουσική. Η ενέργεια που εκπορεύεται από τον Θεό είναι μια Αρχή που εκδηλώνεται ως Φως και μουσικός Ήχος. Ο Ήχος είναι μία Θεία Μελωδία που αντηχεί χωρίς όργανα ή φωνητικές χορδές. Είναι μια παλλόμενη συχνότητα που δημιουργεί διάφορους ήχους μέσα σε κάθε Εσωτερική πνευματική Περιοχή. Ο Ήχος αλλάζει ανάλογα με την παλμική συχνότητα του "υλικού" με το οποίο είναι δημιουργημένη κάθε Εσωτερική Πνευματική Περιοχή. Λέγοντας "υλικό" εννοούμε τη σχέση πνεύματος και ύλης από την οποία αποτελείται κάθε πνευματική Περιοχή. Όσο περισσότερη η ύλη, τόσο λιγότερο αιθέριος ο Ήχος. Όσο περισσότερο πνεύμα, τόσο περισσότερο αιθέριος είναι ο Ήχος.

Στις ανώτερες Περιοχές είμαστε ελεύθεροι από τον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων των κατώτερων κόσμων και έξω από τα βασίλεια του κάρμα. Εκείνοι που μπαίνουν σ' αυτές τις Περιοχές έχουν μάθει το θεϊκό νόμο του σύμπαντος –το Νόμο της Αγάπης. Κάθε πνοή διαπερνιέται από Αγάπη. Είναι διαποτισμένη με Αγάπη. Έτσι, αυτές οι Περιοχές δεν έχουν καμία σκέψη, λόγια ή πράξεις που να αποτελούνται από οτιδήποτε άλλο εκτός από την Αγάπη του Θεού. Αυτές είναι οι φωτισμένες ψυχές που γνωρίζουμε ως ενσαρκώσεις της Αγάπης και είναι οι πολυάριθμοι Αγίοι και Μύστες, οι οποίοι ευλόγησαν με τη Χάρη Τους αυτόν τον κόσμο.

Διδάσκαλοι, Άγιοι, Μύστες και ιδρυτές όλων των θρησκει-

ών έχουν επισκεφθεί τις πνευματικές Περιοχές του Υπερπέραν και δίδαξαν τους ανθρώπους της εποχής τους να κάνουν το ίδιο. Ένας ζωντανός πνευματικός Διδάσκαλος έρχεται, για να μας δώσει τον τρόπο σύνδεσης της Θεϊκής Σπίθας, της ψυχής μας, με την πνευματική Πανσυνειδητότητα, τον Θεό.

Ας πετάξουμε, λοιπόν, πάνω στον άνεμο του Θείου Ρεύματος του Φωτός και του Ήχου. Το μόνο που έχουμε να κάνουμε είναι να μάθουμε πώς να διαλογιζόμαστε στο Φως και τον Ήχο, έτσι ώστε η ψυχή μας να μπορέσει να ανυψωθεί στα θαυμαστά βασίλεια. Ο διαλογισμός μάς κάνει ικανούς να συνδέσουμε την Θεϊκή μας Σπίθα, με την Αιώνια Φλόγα του Θείου.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΙΣΜΟΣ

Συλλογιστείτε πάνω σε αυτό που θέλετε να κατορθώσετε πνευματικά. Κάνετε ένα σχέδιο δράσης. Καταγράψτε τα βήματα που μπορείτε να κάνετε, για να φθάσετε σε αυτό το στόχο και σκφθείτε για το πώς μπορείτε να δεσμευτείτε, ώστε να κάνετε αυτό το σχέδιο πραγματικότητα.

ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

ΘΕΪΚΗ ΣΠΙΘΑ

«Όπως υπάρχουν ορόσημα πάνω στη γη, έτσι υπάρχουν και ορόσημα στο χρόνο.
Το παρελθόν και το μέλλον είναι σφραγισμένα βιβλία για μας, το ένα στα πρόθυρα της λήθης και το άλλο στη μήτρα της αβεβαιότητας.
Μόνο το ζωντανό παρόν μας ανήκει και πρέπει να κάνουμε ότι είναι δυνατόν καλύτερο για να το αξιοποιήσουμε, πριν γλιστρήσει μέσα από τα χέρια μας και χαθεί για πάντα».

- Sant Kirpal Singh

«Καλωσορίστε την ώρα του πόνου σαν μία ευλογία γιατί και τα δύο, πόνος και χαρά, έρχονται από Εκείνον. Αφού έρχονται από Εκείνον γιατί να δυσανασχετούμε;
Ο Κύριος είναι πάντα μαζί μας και διαρκώς μας προσέχει.
Αν ο πόνος είναι για το συμφέρον μας, μας στέλνει πόνο, αν η χαρά είναι για το καλό μας, μάς στέλνει χαρά. Και τα δύο έρχονται σε μας γιατί αυτό είναι το Θέλημά Του».

- Baba Jaimal

«Αληθώς σας λέγω, εάν έχετε πίστη και δεν διστάσετε ….. εις το όρος τούτο αν πείτε σήκω και ρίξου στη θάλασσα αυτό θα γίνει. Και πάντα όσα αν ζητήσετε στην προσευχή έχοντες πίστη θα σας δοθεί».

- Ιησούς

«Με τη δικαιοσύνη η καρδιά δεν εξαγνίζεται. Ξεχάστε τη δικαιοσύνη και καλλιεργείστε την αρετή της συγχώρεσης».

- Sant Kirpal Singh

«Η ψυχή δεν μπορεί να αντιληφθεί το Θεό, παρά μόνο όσο βρίσκεται μέσα στην ανθρώπινη μορφή.
Μόνο μέσα από αυτήν έχει τη δυνατότητα να υπερβεί το φυσικό επίπεδο και να ενωθεί με τον Κύριο.
Οι θεότητες των ανώτερων επιπέδων ανυπομονούν να γεννηθούν και εκείνες σαν άνθρωποι, πράγμα που σημαίνει ότι η ανθρώπινη μορφή είναι η ανώτερη μέσα στη Δημιουργία, σε σχέση με τις πνευματικές δυνατότητες που της δίνονται».

- Sant Kirpal Singh

«Δεν σ᾽αγαπώ με την καρδιά ούτε με το μυαλό. Η καρδιά μπορεί να σταματήσει να χτυπάει. Το μυαλό μπορεί να ξεχάσει.
Σ᾽ αγαπώ με την ψυχή μου γιατί αυτή ποτέ δεν σταματάει και ποτέ δεν ξεχνάει».

-Maulana Rumi